



# ธรรมะใกล้ตัว

## dharma at hand

Free Online Magazine

ฉบับที่ ๐๕  
๐๒ เม.ย. ๕๒

ธรรมะสำหรับคนยุคใหม่ ที่อยู่ใกล้แค่เอื้อม

<http://dungtrin.com/dharmaathand/>

### นวนิยายอิงธรรมะ

เมื่อวนิพกผู้เก็บสังวาลได้  
ทูลขออยู่ร่วมในห้องบรรทม  
เจ้าหญิงจะตัดสินใจทำเช่นไร

หน้า ๖๘

### รักแท้มีจริง

สำหรับตอนสุดท้ายนี้ มาพบกับวิธี  
ยกระดับรัก ด้วยการยกระดับบุญ  
ผ่าน ทาน ศีล และ กาวนา

หน้า ๑๔

### สัพเพพระธรรม

มาพบชีวิตของหญิงผู้หนึ่ง  
ผู้ชนะความโกรธได้ด้วยกริยาให้อภัย  
ในเรื่องของ คิม ฟุค

หน้า ๓๓

ธรรมะจากพระผู้รู้ ๙

รักแท้มีจริง ๑๔

ก่อนเกิดเป็นดังตฤณ ๒๔  
▶ อนาคตอันมีดมน

โหรา (ไม่) คาใจ ๒๙  
▶ ทะเลาะกับคนรักบ่อยมากๆ จะแก้ไขอย่างไรดี

คำคมชวนคิด ๓๑

สัพเพหระธรรม ๓๓  
▶ เรื่องของ คิม ฟุค

ธรรมะจากคนสู้กิเลส ๔๑  
▶ รักหลายเศร้า เมื่อพ่อเรามีเมียน้อย

ของฝากจากหมอ ๔๘  
▶ ทำอะไรดี

แง่คิดจากหนัง ๕๓  
▶ รักแห่งสยาม : ความจริงและการเยียวยา

เรื่องสั้นอิงธรรมะ ๕๘  
▶ ความหวังของคนสองคน

นวนิยายอิงธรรมะ ๖๘  
▶ รัก พ.ศ. ๑๐๐

## ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

ที่ปรึกษาและผู้จุดประกาย: ศรันย์ โมตริวซ์

หัวหน้าบรรณาธิการ

จากใจบ.ก.ใกล้ตัว: อลิสา ฉัตรานนท์  
ธรรมะจากพระผู้รู้: อนัญญา เรืองมา  
เตรียมเสบียงไว้เลี้ยงตัว: อนัญญา เรืองมา  
เขียนคนให้เป็นเทวดา: อนัญญา เรืองมา  
ไดอารี่หมอดู: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ  
กวีธรรม: ศิราภรณ์ อภิรัฐ  
คำคมชวนคิด: ศิราภรณ์ อภิรัฐ  
สัพเพหระธรรม: ชนินทร์ อารีหนู  
ธรรมะจากคนสู้กิเลส: พราวพรรณราย  
มัลลิกะมาลย์ ทองเสียนาค  
ของฝากจากหมอ: พริม ท้าววงศ์  
แง่คิดจากหนัง: เกสรา เดิมสินวานิช  
นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ: สุปราณี วง  
เทียหวัด: เกสรา เดิมสินวานิช  
ธรรมะปฏิบัติ: ชนินทร์ อารีหนู  
ธรรมะกับไลฟ์สไตล์: ศदानันท์ จารุพูนผล  
กองบรรณาธิการ: กนกเรขา กฤษฎารักษ์  
กานต์พัทธ์ รัชพันธ์ • กิษรา รัตนากิรัต  
จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ • ชนินทร์ อารีหนู  
ณัฐญา บุญมานันท์ • ณัฐธิดา ปันทานเต  
ณัฐพร สกุลอุทัยศักดิ์ • ปริญญาภรณ์ เจริญบุตร  
ปิยมงคล ไซติกเสถียร • พราวพรรณราย  
มัลลิกะมาลย์ ทองเสียนาค  
พรหมเนตร สมรักษ์ • พิจิตรา ไตรวิษณุ  
พิทา จารุพูนผล • พีรยสตร์ อุบลวัตร  
มยุรฉัตร พงษ์ผาตินันท์ • เมธี ตั้งตรงจิตร  
เยาวลักษณ์ เกิดปราโมทย์ • วรางคณา บุตรดี  
วิบูรณ์ศักดิ์ ใจภักดี • วิมล ถาวรวิภาส  
วิมุตติยา นิวาดังบงกช • ศदानันท์ จารุพูนผล  
ศศิธร ศิวนันทาภรณ์ • ศิราภรณ์ อภิรัฐ สม  
เจตน์ ศฤงคารรัตน์ • สารินี สาณะเสน สิทธิ  
นันท์ ชนรัตน์ • สุปราณี วง  
อนัญญอร ยิ่งชล • อนัญญา เรืองมา  
อมรา ตั้งบริบูรณ์รัตน์ • อัจฉนา ผลานุวัตร

ฝ่ายรวบรวมบทความ: สิทธินันท์ ชนรัตน์  
ฝ่ายสื่อสารเสียงอ่านนิตยสาร: อนุสรณ์ ดรีโสภา  
ฝ่ายสื่อเว็บไซต์: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์  
โพลิน ลายสนธิเสรีกุล • กฤษฎี อักษรวงศ์  
ฝ่ายสื่อ Word: พีรยสตร์ อุบลวัตร  
ฝ่ายสื่อ PDF: บุญศักดิ์ อีรวงศ์กิจ  
เกียรติภูมิ จารุเสน • จรรยาณี วิสุทธิกุล  
พานิษฐ์  
โยธิน มรกตอัมพร • วรณรักษ์ ปัญจขวพร  
ฝ่ายระบบ Send mail: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

และทีมงานอาสาท่านอื่นๆ อีกจำนวนมาก

ท่านสามารถรับนิตยสารฉบับนี้ได้ ใน  
รูปแบบ เสียงอ่าน • Word

ก่อนศึกษาพระไตรปิฎก  
ดูเหมือนเรารู้อะไรจริงหลายๆเรื่อง  
มีของของเราแน่ๆ  
ภายในนี้คือสัญลักษณ์แทนความเป็นเราแน่ๆ  
ตัวเราปรากฏอยู่ในโลกนี้แน่ๆ

แต่พอเริ่มศึกษาพระไตรปิฎก  
ก็กลายเป็นว่าเรายังไม่รู้อะไรเลย  
ของของเราที่คิดว่ามีมันไม่มี  
ภายในที่คิดว่าเป็นเราก็ไม่ใช่  
แม้ภาพและเสียงที่ปรากฏอยู่ตรงหน้าจะแจ่มชัด  
แต่โลกและจักรวาลก็ลึกลับคลุมเครือ  
ทุกอย่างมีเหตุมีผล  
แต่เหมือนไร้เหตุผลของการมีการเป็น  
เกิดขึ้นเพื่อรอเวลาดับลงอย่างไร้แก่นสาร

พอเข้าใจพระไตรปิฎก  
ดูเหมือนเรารู้อะไรกระจ่างแล้ว  
ทุกสิ่งที่เรารู้ต้องถูกแน่ๆ  
ทุกสิ่งที่ใครค้านเราต้องผิดแน่ๆ  
ทุกสิ่งที่เราทำไปเป็นบุญแน่ๆ  
ทุกสิ่งที่ใครทำชดดาเราเป็นบาปแน่ๆ

แต่พอเริ่มเห็นในสิ่งที่พระไตรปิฎกชี้ให้มอง  
ก็ดูเหมือนเราสำคัญตัวผิดไปทั้งเพ  
ที่นึกว่าเข้าถึงอย่างแจ่มแจ้ง  
แท้จริงเพิ่งเข้าใจถูกแค่แวบเดียว  
เวลาที่เหลือยังเข้าใจผิดเท่าๆกับชาวบ้านร้านตลาด

หายใจก็นึกว่านี่ลมหายใจของเรา  
ขยับตัวก็นึกว่านี่ร่างกายของเรา  
เป็นสุขก็นึกว่าความสุขของเรา  
เป็นทุกข์ก็นึกว่าความทุกข์ของเรา  
ฟุ้งซ่านก็นึกว่าเราฟุ้งซ่าน  
สงบก็นึกว่าเราสงบ  
อะไรก็ตัวเรา เรื่องของเรา หรือเกี่ยวกับเราไปหมด  
ยังคงมีเราเป็นศูนย์กลางของความสำคัญรำไป

เมื่อมีแก่ใจเอาแต่เฝ้าดูในสิ่งที่พระไตรปิฎกชี้ให้มอง  
เราดูเหมือนรู้จริงขึ้นมาอีกครั้ง  
เพียงแต่ครั้งนี้ไม่มีใครเป็นคนรู้จริง  
เหลือแต่ความรู้จริงปรากฏอยู่  
ไม่มีกูใหญ่ ไม่มีกูเก่ง ไม่มีกูเอง  
มีแต่หลอกว่าเป็นกู  
มีแต่รู้ตัวว่าถูกหลอกมาตั้งนาน

พอเห็นลึกลงไปอีกจึงทราบชัดว่า  
ต่อให้เคยเข้าใจเพียงใด  
ต่อให้เคยเข้าถึงมาแค่ไหน  
ทราบใดใจยังมีอาการทะยานอยากได้หมายมั่น  
ใจนั้นไม่มีทางไม่มีกู  
ทราบใดใจยังเกิดอาการกลัดกลุ้มอาฆาต  
ใจนั้นไม่มีทางไม่มีมีง

เพราะกูกับมีงมีอยู่  
ตัวกูจึงเป็นทุกข์รำไป

ดังตฤณ

เมษายน ๕๒



## เรื่องน่าสนใจประจำฉบับ (แนะนำโดย kolf)

ใครเป็นแฟนคอลัมน์ “ของฝากจากหมอ” คงจะรอเก้อกันมาสองฉบับแล้ว ฉบับนี้ไม่เก้อแน่ **คุณหมอพิมพ์การัง** นำเรื่องดีๆ มาฝากกันอีกครั้ง กับเรื่อง “ทำอะไรดี” เมื่อคุณแมยุคใหม่ กลุ้มใจกับการเรียนการฝึกด้นให้ลูกก้าวไปสู่อาชีพที่พ่อแม่หมายมั่นปั้นมือในอนาคต แต่คุณหมอของเรากลับมีมุมมองที่ใครๆ ต่างมองข้าม แฝงดูเหมือนคุณหมอจะแนะนำให้ไปเป็นอย่างแม่บ้านกับคนขับแท็กซี่ ที่ไม่ธรรมดา ไม่ธรรมดายังไง ถ้าอยากรู้ต้องรีบคลิกไปอ่านกันเลย

คอลัมน์ “แง่คิดจากหนัง” ฉบับนี้ **คุณผู้สังเกต** นำหนังที่เคยโด่งดัง น่าประทับใจ และทำให้น้องมาริโอ้ แจ้งเกิดมาแล้ว นั่นคือเรื่อง “รักแห่งสยาม-ความจริงและการเสียสละ” มาเล่าให้พวกเราฟัง พร้อมมุมมองในเรื่องของการยอมรับความจริง ยอมรับในสิ่งที่ เป็น พอใจในสิ่งที่มี ดีกว่าไปตะเกียกตะกายในเรื่องที่เหนื่อยแรงเปล่า เพราะหนทางแห่งการไม่ยอมรับ ย่อมนำไปสู่ความทุกข์ ปัญหา ความขัดแย้ง และน้ำตา !

คอลัมน์ “เรื่องสั้นอิงธรรมะ” ฉบับนี้ มีเรื่องสั้นเรื่องใหม่จบในฉบับมาให้อ่านกัน กับเรื่อง “ความหวังของคนสองคน” โดย **คุณธีระวัฒน์ อนันตวรสกุล** ความหวังของคนคนหนึ่งที่ได้สร้าง “หญิงชราผู้โชคดี” กับความหวังของคนอีกคน ที่ต้องการสร้าง “ชายชราผู้โชคดี” เช่นกัน ความหวังของเขาทั้งสองจะสำเร็จหรือไม่? เรื่องดีๆ ที่คุณ “ต้องอ่าน !!!”

นานๆ จะมีเรื่องจากคุณผู้อ่านเข้ามา สำหรับคอลัมน์ “สัพเพเหระธรรม” แต่เข้ามาที่ก็เป็นเรื่องน่าประทับใจทีเดียว สำหรับ “เรื่องของ คิม ฟุค” เด็กหญิงในร่างเปลือยเปล่าที่เรียกได้ว่าเป็นสัญลักษณ์ของสงครามเวียดนามกันเลย ใครจะรู้ว่าเด็กหญิงที่วิ่งร้องไห้หนีสงครามในภาพถ้ายันนั้น ผู้ซึ่งเติบโตขึ้นมาพร้อมกับบาดแผลทางกาย และความเกลียดชังในจิตใจ จะต้องมาเผชิญหน้ากับชายคนที่เคยทำลายบ้านเมือง และครอบครัวของเธออีกครั้ง! แล้วเธอจะทำอย่างไร?

วันนี้ **คุณRainbow** ได้มาถ่ายทอดเรื่องราวของคิม ฟุค พร้อมคติทางธรรมให้พวกเราอ่านกัน

อีกคอลัมน์ที่ท่านผู้อ่านส่งเรื่องราวประสบการณ์ชีวิตมาให้ข้อคิดในการรับมือกับด้านมืดในจิตใจ คอลัมน์ “ธรรมะกับคนสู้กิเลส” ฉบับนี้ คุณกล้วยไม้ นำเสนอเรื่อง “รักหลายเศร้า เมื่อพ่อเรามีเมียน้อย” จะเป็นอย่างไร เมื่อฮีโร่ที่เรารักแสนรักตั้งแต่วัยเด็กอย่างคุณพ่อ มาทำให้เจ็บช้ำอย่างยากที่จะทำใจ เรื่องราวจะเป็นอย่างไร และจะจัดการกับความเศร้าหมองในจิตใจได้ด้วยวิธีไหน ลองมาคุยกัน

---

### ข่าวพิเศษ: งานสัปดาห์หนังสือแห่งชาติ ครั้งที่ ๓๗

#### และ ชีตริวมเล่มนิตยสารธรรมะใกล้ตัว ฉบับธรรมทาน

- วันเสาร์ที่ ๔ เม.ย. นี้แล้วนะคะ ที่ คุณดังตฤณ จะไปขึ้นเวทีสนทนากับ ดร. อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา ณ ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ ในงานสัปดาห์หนังสือแห่งชาติครั้งที่ ๓๗ ใครสนใจก็แวะไปร่วมฟังการเสวนาได้ที่ เวทีกิจกรรม ณ โซน Hall A เวลา ๑๑.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ค่ะ
- และ วันอาทิตย์ที่ ๕ เม.ย. นี้ คุณดังตฤณ ก็จะไปประจำอยู่ที่บูธของ สำนักพิมพ์บุ๊คส์ไมล์ โซน C1 บูธ M04 ด้วย งานนี้ใครอยากขอลายเซ็น คุณดังตฤณด้วยตัวเองกับมือ ก็แวะไปที่บูธได้ตั้งแต่ ๑๕.๐๐ – ๑๖.๐๐ น. นะคะ
- นอกจากนี้ ทีมงานนิตยสารธรรมะใกล้ตัว ยังได้จัดทำชีตริวมเล่มนิตยสาร เพื่อร่วมนำไปแจกจ่ายเป็นธรรมทานในงานสัปดาห์หนังสือแห่งชาตินี้อีกด้วย โดยจะมีทั้ง ชีตริวมเล่มใกล้ตัว แผ่นที่ ๑ (รวมฉบับที่ ๑ – ฉบับที่ ๓๕) และ ชีตริวมเล่มใกล้ตัว แผ่นที่ ๒ (รวมฉบับที่ ๓๖ – ฉบับที่ ๕๘) ซึ่งจะแจกในวันอาทิตย์ที่ ๕ เม.ย. นี้ ที่บูธของบุ๊คส์ไมล์ในช่วงที่คุณดังตฤณไปแจกลายเซ็น อย่างไรก็ตามแล้ว อย่าลืมแวะรับชีตริวมเล่มใกล้ตัว ติดมือกลับบ้านกันด้วย นะคะ
- สำหรับท่านที่ได้ร่วม โครงการจัดทำ ชีตริวมเล่มใกล้ตัว แผ่นที่ ๒ เพื่อแจกเป็นธรรมทาน และต้องการขอรับชีตี่เพื่อนำไปแจกจ่ายเองนั้น ทางทีมงานขอแจ้ง เปลี่ยนแปลงสถานที่ในการรับชีตี่ เล็กน้อยนะคะ



แม้ว่าจะไม่สมบูรณ์ดังเดิม แต่ลานธรรมก็กลับมาเป็นแหล่งนัดพบ  
พูดคุยเสวนาประสาคนปฏิบัติธรรมได้อีกครั้งแล้วค่ะ

ส่วนใครที่คิดถึง **เว็บแสงดาวส่องทาง** ([www.star4life.com](http://www.star4life.com))

ทีมงานฝากข่าวมาว่า ระหว่างการแก้ไขเซิร์ฟเวอร์ช่วงนี้

สามารถเข้าไปอ่านบทความต่างๆ ได้ที่เว็บชั่วคราวที่

<http://helpwomen.freeforums.org> ค่ะ

แต่ตอนนี้ อ่านบทความได้อย่างเดียวก่อนนะคะ

ส่วนเว็บบอร์ดสนทนาจะค่อย ๆ แก้ไขตามมาค่ะ

สุดท้าย สำหรับท่านที่โอนเงินร่วมพิมพ์หนังสือ “**ดุจตีปีแรก**”

โดยท่าน สันตินันท์ (หลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชโช ในปัจจุบัน) เรียบร้อยแล้ว

รบกวนแจ้งรายละเอียดการโอนที่ คุณเกสรตา kesara\_t@yahoo.com

โดยแจ้งรายละเอียดดังนี้ค่ะ

ชื่อผู้บริจาค:

โอนเมื่อ (วันที่และเวลา): (ตรงนี้สำคัญนะคะ จะช่วยให้เช็คง่ายขึ้น)

จำนวนเงิน (บาท):

ขอรับหนังสือ (จำนวนเล่ม):

ที่อยู่ (กรณีที่ต้องการให้จัดส่ง):

ทั้งนี้ จะมีการนัดรับหนังสือครั้งแรกที่บ้านอารีย์ ในช่วงเดือนเมษายนค่ะ

เมื่อแจ้งการโอนแล้ว ประมาณสองวัน สามารถเข้าไปเช็ครายชื่อ

ได้จาก ตารางสรุปรายชื่อผู้ร่วมจัดพิมพ์หนังสือ “ดุจตีปีแรก” ที่นี้ค่ะ

[http://spreadsheets.google.com/pub?key= ... uLPBD01oGw](http://spreadsheets.google.com/pub?key=...uLPBD01oGw)

แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้านะคะ

**ทีมงานนิตยสารธรรมะใกล้ตัว**

สารบัญ ↩



## ถาม: คุณสันตินันท์ช่วยอธิบายเรื่องปฏิจสุมปาทด้วยค่ะ (๓)

การปฏิบัติเพื่อตัดวงจรของปฏิจสุมปาท

ผู้ปฏิบัติที่ไม่มีกำลังหนุนของฌานถึงขั้นดับความคิดนึกได้  
ก็ไม่ต้องตกใจว่า ตนจะไม่รู้ปฏิจสุมปาท  
และไม่สามารถตัดวงจรของปฏิจสุมปาทได้  
เพราะวงจรของปฏิจสุมปาทนั้น ตัดได้ทั้งที่อวิชชา ตัณหา และอุปาทาน  
เพียงแต่การตัดที่ตัณหาและอุปาทาน  
เป็นการตัดวงจรปฏิจสุมปาทอย่างหยาบ  
เหมือนการตัดหญ้า ที่ตัดสั้นจนชิดหน้าดิน  
แต่รากหญ้าคืออวิชชายังอยู่ ก็งอกเป็นต้นหญ้าให้คอยตัดต่อไป  
เหมือนที่ท่านชินเซา พูดเรื่องการคอยเช็ดกระจกให้สะอาดไม่ให้ฝุ่นจับ  
แต่กระจกยังอยู่ ไม่เข้าฝุ่นก็มาจับอีก  
การปฏิบัติในขั้นเด็ดขาด จึงต้องถอนรากถอนโคนของอวิชชา  
จนไม่มีกระจกให้ฝุ่นจับเหมือนที่ท่านเว่ยหล่างกล่าวไว้

พวกเราที่ฝึกหัดปฏิบัติกันอยู่ในขณะนี้  
ให้มันคอยสังเกตจิตใจตนเองให้มาก อย่าให้กิเลสตัณหาครอบงำจิตได้  
กิเลสจะมีอยู่ก็ไม่เป็นไร แต่อย่าให้มีอิทธิพลเหนือจิตผู้รู้  
ให้มันต่างคนต่างอยู่กับจิตผู้รู้  
เมื่อใดที่จิตเกิดตัณหาคือแรงทะยานอยากของจิตขึ้น  
ให้รู้แล้วรีบละเสีย อย่าให้จิตหลงทะยานไปตามแรงของตัณหา  
การปฏิบัติในขั้นนี้ ก็เหมือนการย่นกองทัพศัตรูไม่ให้เข้ามาพิชิตเราได้เท่านั้น  
แต่ถึงทำได้เพียงแค่นี้

ชีวิตก็จะพบกับความสุข ความเบิกบาน เต็มเปี่ยม  
ผิดกว่าคนทั้งหลายอย่างเทียบกันไม่ได้อยู่แล้ว

เมื่อฝึกหัดชำนาญมากขึ้น  
ก็จะเริ่มสังเกตเห็นจิตผู้รู้ที่ชัดเจนแจ่มใสขึ้นตามลำดับ  
ถึงตรงนี้ ให้ทำจิตใจให้สบาย อย่ารีบร้อนที่จะผ่านจุดนี้ไป

สำหรับอุบายวิธีที่จะไปต่อจากจุดนี้ มี ๒ ทางด้วยกัน

วิธีแรก เป็นวิธีที่ท่านอาจารย์พระมหาบัว แห่งวัดป่าบ้านตาด ท่านสอนผมไว้  
คือให้บริกรรมกำกับ ประคองตัวรู้เอาไว้  
แล้วค่อยสังเกตเห็นธรรมชาติรู้ ที่แทรกอยู่กับจิตที่มีความไม่รู้นั้น  
อันนี้เป็นอุบายวิธีที่ท่านย้ำว่า  
“นี่เป็นเรื่องสำคัญ ต้องเชื่อเรานะ  
เราเอง (องค์ท่าน) ก็ผ่านขั้นสุดท้ายมาได้ด้วยวิธีนี้”

อีกวิธีหนึ่ง เป็นของพระภิกษุผู้เป็นศิษย์พี่ของผม  
ท่านให้ประคองรู้เอาเลย ไม่ต้องบริกรรม  
เพราะเห็นว่าอาจจะทำให้จิตไหวขึ้นมาอีก  
แล้วจะสามารถแยกธรรมชาติรู้ที่บริสุทธิ์ ออกจากความไม่รู้ได้

จิตที่เป็นธรรมชาติรู้อันบริสุทธิ์ล้วนๆ นั้น  
ไม่มีรูปร่าง แสงสี และไม่เสวยเวทนาใดๆ  
เพราะมีวิชาทำลายอวิชชาอย่างบริบูรณ์แล้ว  
คือรู้แจ้งชัดในอริยสัจว่า ถ้าอยากก็ทุกข์ ไม่อยากก็ไม่ทุกข์  
จึงไม่มีช่องทางที่จะให้ตัณหาอุปาทานเกิดขึ้นได้เลย

อนึ่ง การรู้ของจิต กับการรู้ของเรา เป็นคนละเรื่องกันทีเดียว  
แม้จะอ่านตำราละเอียดเพียงใด แม้จะฟังการบรรยายธรรมโดยผู้รู้เพียงใด  
แม้จะคิดไตร่ตรองเพียงใด  
ทั้งหมดนั้น ก็ยังเป็นความรู้ที่เจือด้วยสัญญา

ส่วนความรู้ของจิต เกิดขึ้นได้เพราะจิตเขารู้ของเขาเอง  
แต่จิตเขาจะรู้ได้ เราก็ต้องเป็นพี่เลี้ยง  
ป้อนจิตด้วยศีล สมาธิ และปัญญา  
พาให้จิตรู้จักการเป็นผู้สังเกตการณ์สภาวะธรรมที่กำลังปรากฏเฉพาะหน้า  
ให้จิตได้เรียนรู้ ด้วยการเป็นเพียงผู้สังเกตการณ์  
เมื่อจิตสังเกตการณ์จนแน่ใจแล้ว จิตเขาจะตัดสินใจด้วยตัวของเขาเอง  
และเมื่อจิตตัดสินใจแล้ว บริบูรณ์ด้วยความรู้ในอริยสัจแล้ว  
จิตจะไม่กลับกลายวณเข้ามายึดถือของสกปรกคือขั้นอีก

บางคนคิดว่าการศึกษาดำราธรรมในชั้นละเอียดอย่างยิ่ง  
จะช่วยอบรมจิตให้เกิดปัญญา  
นั่นเป็นความเข้าใจผิดอย่างร้ายแรงทีเดียว  
เพราะเมื่อศึกษาดำราอันอุดมด้วยเหตุผลจนไร้ร่องรอยให้สงสัยมากเข้า  
จิตจะถือตัวเอง  
ปิดกั้นการเรียนรู้ของจิตที่จะสังเกตปรากฏการณ์จริงของสภาวะธรรม  
ความรู้ชนิดนั้นจะติดอยู่เพียงขั้นความจำได้ หรือสัญญา  
หาใช่ปัญญาที่แท้จริงไม่  
ผู้ที่ศึกษาในลักษณะนี้ จะยังมีมานะอัตตารุนแรงกว่าคนธรรมดาเสียอีก

### **ความคิดเห็นจากผู้อ่าน:**

สาธุ ขออนุโมทนา และขอกราบขอบขอบคุณในธรรมของท่านผู้รู้ด้วยครับ  
อ่านแล้วรู้สึกห่างฝืดเหลือเกิน  
ความทุกข์ของการต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพชาตินี้มันสาหัสนัก  
ยิ่งกว่าภูเขา ท้องฟ้า มหาสมุทร เหมือนนักโทษที่ถูกคุมขังอยู่  
แม้ทรัพย์ใด คำสรรเสริญใด แม้สวรรค์สมบัติทั้งหลาย  
ยังไม่สามารถดับทุกข์ แห่งความไม่รู้นี้ได้

ถ้ามีได้ พระพุทธเจ้า ผู้เป็นดวงตาแห่งโลก  
เราก็คงอยู่แต่ในความมืดมิด มีแต่จมลงๆ ด้วยแรงกิเลสตัณหา  
มีหรือจะคิดถ่ายถอนภัยในวัฏฏะ อันตนหลงคิดว่าเป็นสิ่งดี  
จึงขอกราบอภิวาทแด่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ผู้มีเมตตากว้างไพศาลแก่สัตว์ทั้งหลาย

โดยคุณ : ปุณฺณ

อ่านคำรำลึกถึงพระพุทธคุณ ของคุณ (กัลยาณ) ปุณฺณ แล้ว ประทับใจครับ  
ธรรมเป็นของลึก เกินวิสัยที่เราจะรู้ได้ด้วยตนเองจริงๆ  
อาศัยพระมหากรุณาของพระมหาบุรุษ  
จึงพอจะเห็นทางติดตามรอยพระบาทไปได้

แต่พวกเราก็ไม่ควรท้อใจ  
ถ้าจะกล่าวแล้ว สิ่งเขียนขึ้นนั้นมันเป็น “ผล” ของการปฏิบัติ  
มันจะยุ่งยากซับซ้อนปานใด ก็ไม่น่าวิตกกังวล  
สิ่งสำคัญคือการทำที่เราจะทำ “เหตุ” คือการเจริญสติปัฏฐาน  
**ระลึกรู้สภาวะธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริงเท่านั้น**  
หลักจริงๆ ก็มีเท่านั้นเอง  
เมื่อทำเหตุแล้ว ผลคือความสลัดคืน ความปล่อยวาง ของจิต ก็เป็นไปเองครับ  
แล้วความรู้ความเห็นไม่ว่าจะลึกซึ้งปานใด  
ก็เป็นไปเองครับ อย่าหนักใจเลยว่าจะไม่รู้

ที่เขียนขึ้นมาก็เพื่อบอกพวกเราว่า  
ธรรมที่ท่านสอนนั้น เป็นของจริง  
ไม่ใช่สิ่งที่เป็นทฤษฎีจับต้องไม่ได้ หรือเอาไว้อ้างอิงกันเล่นๆ เท่านั้น  
ไม่ได้ต้องการให้พวกเราพยายามคิดทำความเข้าใจ  
หรือทรงจำไว้อ้างอิงกันเล่นนะครับ

หนทางก็มีอยู่ ผู้เดินทางก็ยังไม่ขาดสาย  
ลงมือเสียแต่วันนี้

ก่อนที่กระแสดมแห่งกาลเวลา จะพัดพารอยพระบาทของท่านหายไป  
เพราะถึงวันนั้น พวกเราก็จะต้องระหกระเหินไร้ทิศทางไปอีกแสนนาน

<http://202.44.204.76/narupan/PantipSakajcha04.htm>

สันตินันท์

(พระอาจารย์ ปราโมทย์ ปาโมชฺโช ในปัจจุบัน)

สารบัญ ↩



## บทที่ ๖

## รักเหนือรัก (ต่อ)

## ยกระดับบุญ

คนรักจะนำมาให้คุณทั้งสุขทั้งทุกข์  
แต่บุญจะนำมาให้คุณแต่ความสุขอย่างเดียว

ระหว่างได้บุญกับได้คนรัก อันไหนดีกว่ากัน ปัญญาจะตอบว่าได้บุญดีกว่าแน่นอน เพราะเพียงที่บุญจะนำความสุขมาให้ ไม่ช้าก็เร็ว ส่วนคนรักนั้น ยังไม่รู้ว่าจะคุ้มดีคุ้มร้าย ให้คุณให้โทษขนาดไหน

แต่ถ้าไปถามกิเลสนะครับ ว่าระหว่างได้บุญกับได้คนรัก อันไหนดีกว่า กิเลสจะตอบทันทีว่าได้คนรักดีกว่า!

กิเลสนะ ไม่ช่วยให้คุณกลัวความทุกข์หรือครับ มันจะขับเคลื่อนให้คุณละโมภอยากจะมีสุขทำแต่ยาว!

อันนี้ต้องมาตีข้อเด่นของบุญให้โด่งขึ้นชัดๆหลายๆหน ถึงจะเปรียบเทียบได้เกิดความเข้าใจอันดีเช่น ถามว่าถ้าคุณรักและเป็นห่วงใคร อยากปกป้องใคร คุณควรทำเช่นไรจึงเป็นผลดีกับเขาหรือเธอมากที่สุด?

จากความจริงที่คุณไม่อาจตามดูแลใครให้ได้ตลอด ๒๔ ชั่วโมง ก็เพียงพอแล้วที่จะกล่าวเต็มปากเต็มคำว่า ‘รักแท้ช่วยไม่ได้’

รักแท้ช่วยให้ใครเกิดเป็นมนุษย์ไม่ได้ แต่ความละอายต่อบาปช่วยได้

รักแท้ช่วยให้ใครมีศรีสุขอย่างเป็นตัวของตัวเองไม่ได้ แต่ทานบารมีช่วยได้

รักแท้ช่วยให้ใครปราศจากภัยเวรไม่ได้ แต่ศีลবারมีช่วยได้

รักแท้ช่วยให้ใครเป็นอมตะไม่ได้ แต่การมีสติตื่นรู้สัจจะความจริงชั้นสูงสุดช่วยได้

บุญเท่านั้นที่ตามไปเป็นสมบัติ เป็นพี่เลี้ยงดูแล เป็นบอดีการ์ด เป็นพยาบาล เป็นผู้ช่วยสารพัด ตลอดจนเป็นผู้บันทาลความเป็นอมตะได้ กล่าวโดยรวมคือมีแต่บุญเท่านั้น ที่จะเป็นที่พึ่งอย่างแท้จริงให้กับคนรักของคุณ ไม่ใช่ตัวคุณ และไม่ใช่รักแท้แต่อย่างใด!

มีเงินอย่างเดียวไม่พอ ต้องฉลาดด้วย ถึงจะคิดทำบุญได้!

บางคนรักเมียมาก อุตส่าห์หาซื้อเครื่องช็อตไฟฟ้าให้เมียไว้ป้องกันตัว ซึ่งถ้าจวนตัว หน้าสีหน้าขวานขึ้นมาจริงๆ ก็ไม่รู้จะหยิบหันหรือเปล่า ไม่รู้จะใช้เป็นหรือเปล่า ไม่รู้จะโดนโจรล็อกคอก่อนหรือเปล่า หรือหนักกว่านั้นคือไม่รู้จะลี้มไว้ที่บ้านหรือเปล่า

แต่ถ้ามอบความเข้าใจในการสร้างบุญให้เมีย เธอจะมีปราการแก้วคุ้มครองตนเองตลอดไป ด้วยบุญ เธอจะไม่อยู่บนเส้นทางเจอโจร ถึงเจอก็มีเหตุให้แคล้วคลาด ถึงไม่แคล้วคลาดก็มีเหตุให้โจรใจอ่อน ถึงไม่มีเหตุให้โจรใจอ่อนเธอก็ไม่ถูกทำร้าย ถึงถูกทำร้ายเธอก็ไม่ตาย ถึงตายเธอก็ได้ไปเสวยสุขบนสวรรค์ ไม่ต้องร่ำร้องลงต่ำด้วยเหตุคือโทะสะหรือพยาบาล

เข้าใจเรื่องบุญ ก็คือเข้าใจเรื่องสร้างที่พึ่ง และความเข้าใจเรื่องบุญ ก็ใช้เงินซื้อไม่ได้!

บนเส้นทางไร้ต้นไร้ปลาย เกิดตายเป็นอนันตชาตินี้ ไม่เคยมีการสั่งสมการเรียนรู้ มีแต่การสั่งสมบุญ หมายความว่าเกิดกี่ล้านครั้ง ต้องทนทุกข์ทรมานกี่ล้านหน ถ้าเกิดใหม่ลืมหืมตา ประสพการณ์ที่ผ่านมาก็สูญเปล่า ไม่ทำให้เจ็บทรมาน ไม่ทำให้เพียรพยายามทางหลุดเกิดตายด้วยตนเอง **คุณต้องสั่งสมบุญในทางสายปัญญา** เพราะบุญเท่านั้นที่สะสมได้ ผลักดันให้คุณเล็งหาประโยชน์สูงสุดได้ซึ่งนั่นก็คือหลุดลงผิดคิดว่ากองทุกข์เป็นของดี กองทุกข์เป็นสมบัติของคุณเสียที

การทำบุญคือการขนเอาความตระหนี่ ความโลภ ความโกรธ และความหลง สำคัญผิดต่างๆออกจากตัว ถ้าทำบุญโดยหวังอะไรเข้าตัว ก็แปลว่าคุณลืมสละความโลภ บุญที่ลืมสละความโลภ ไม่ถือเป็นบุญสายปัญญา

ยกตัวอย่างนะครับ ถ้าทำบุญอย่างคนโลภ ก็มีกอธิษฐานว่าขอให้บุญนี้จงส่งแพนมาให้ฉันเร็วๆ ซึ่งอำนาจบุญใหญ่อาจส่งมาจริงๆ แต่เป็นแพนประเภทผ่านมาชิม ไม่ใช่เข้ามาเพื่อครองคู่อยู่ร่วมกัน เพราะจะครองคู่ให้หายเหงาไปทั้งชาตินั้น ต้องการปัจจัยเท่าบ่อน้ำ หรือทะเล หรือมหาสมุทร ไม่ใช่แค่เท่ากระป๋องนม!

แต่ถ้าทำบุญอย่างคนฉลาด คุณจะสำรวจใจตัวเองว่ายังโลภอยากได้อะไรเกินตัวไหม ยังคิดพยาบาทมาดร้ายใครอยู่ไหม ยังหุดหู่ท้อแท้ไหม ยังฟุ้งซ่านจัดไหม ยังสงสัยในกุศลผลบุญไหม เมื่อสำรวจพบว่าใจหลังทำบุญเสร็จยังมีมลทินอันใด ก็ขอให้ **ความสว่าง ความแช่มชื่นแห่งบุญ** จงเป็นน้ำสะอาดล้างมลทินอย่างนั้นๆด้วยเถิด

ผู้มีจิตสะอาดปราศจากมลทินปนเปื้อนนะครับ ต่อให้ไม่อธิษฐานขอคนรัก ก็จะเป็นที่รักของคนจำนวนมาก เพราะคนจำนวนมากหมั่นเปื้อนความสกปรกของตนเองเต็มทน อยากได้น้ำดีชะล้างความหมักหมมเสียบ้าง ซึ่งถ้ากระแสน้ำใจของคุณสะอาดพอ ผู้คนก็อยากมาอาศัยอาบรดกันอยู่แล้ว

คนเราทำบุญได้ ๓ ระดับ คือ ทาน ศีล และภาวนา เรียงตามลำดับจากต่ำไปหาสูง เหมือนบันไดขั้นแรกที่เราไปหาบันไดขั้นถัดๆไป มีรายละเอียดดังนี้ครับ

## ๑) ทาน

ทานคือการให้ ไม่ว่าจะเป็นการให้อาหารสัตว์ ให้ของคนยากจน ตลอดจนถวายข้าวของเครื่องใช้ที่จำเป็นในการดำรงชีวิตแต่สงฆ์ ล้วนเรียกว่าทานทั้งสิ้น

ที่ชาวพุทธนิยมทำสังฆทาน เพราะเป็นทานขั้นสูงสุดสำหรับคนทั่วไปเท่าที่จะทำได้ ความจริงยังมีทานสูงกว่านั้นอีก คือการให้ธรรมเป็นทาน หมายถึงการให้ปัญญา ชี้แนะแนวทางให้ผู้อื่นเห็นถูกเห็นชอบในกรรมวิบากและทางพ้นทุกข์ แม้สังฆทานที่มีหนังสือธรรมปฏิบัติสำหรับพระ ก็จัดเป็นมหาธรรมทานได้เช่นกัน



เมื่อทำบุญโดยการให้ทาน สิ่งที่คุณควรอธิษฐานหวังผล และเห็นผลได้ทันที ได้แก่ การขอให้ความทุกข์หายไปและกำลังใจคืนมา ความฟุ้งซ่านเบาลงและมีความเป็นสมาธิได้ง่ายขึ้น ความเคลือบแคลงในผลแห่งบุญหมดสิ้นไปและมีใจมั่นคงในการทำบุญให้ ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

ที่ต้องหวังความก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ก็เพราะ แม้ทานเป็นประกันว่าคุณจะมีความสุขอันเกิดจากการให้ แต่ไม่ได้ประกันว่าจิตของคุณจะสะอาดน่าสบายใจสักแค่ไหน

เพื่อประกันว่าจิตจะสะอาดน่าสบายใจ คุณต้องทำบุญขึ้นกลางซึ่งเหนือกว่าการทำทาน นั่นคือการรักษาศีลครับ

## ๒) ศีล

ศีลคือการรักษากายและวาจาไม่ให้เป็นที่เบียดเบียนกัน คือต่อให้ใจคิดเบียดเบียน ก็ห้ามไว้ อย่าให้ถึงขั้นลงมือลงไม้ หรือกระทั่งพ่นพิษอันใดออกไปทางปาก

การรักษาศีลถือเป็นการสละความเห็นแก่ตัว เพราะ...

ไม่ฆ่าแม้ถูกยั่วให้ฆ่าในนามของความคับแค้น

ไม่ขโมยแม้ถูกล่อใจว่ามีสิทธิ์ขโมยโดยไม่มีใครรู้

ไม่ลักลอบเป็นซู้แม้สบโอกาสเป็นซู้ในที่ลับหูลับตาทุกคน

ไม่โกหกทั้งรู้ว่าถ้าไม่โกหกก็จะอดได้ในสิ่งที่ปรารถนา

ไม่เสพสุรายาเมาแม้การเสพสุรายาเมาคือการสนุกแบบไม่ต้องยุ่งยาก

จะเห็นว่าเหล่านี้เป็นการสละความเห็นแก่ได้ สละอาการเอาเข้าตัวทั้งนั้น เมื่อตั้งใจงดเว้นพฤติกรรมผิดๆแล้วเว้นได้สำเร็จจริง ทั้งต่อหน้าและลับหลังผู้อื่น จึงควรได้ชื่อว่าเป็นผู้ลดความเห็นแก่ตัวลงแล้วอย่างแท้จริง

หากถือศีลได้สะอาด ชะขาดในการต่อสู้กับสิ่งยั่วๆ คุณควรอธิษฐานหวังผลได้ทันที ได้แก่การขอให้โรคภัยต่างๆอ่อนกำลังลง ขอให้ความอาฆาตพยาบาททั้งหลาย

จงหลุดล่อนออกจากใจไปทีละน้อย และขอให้ความฟุ้งซ่านไปในเรื่องผิดทั้งหลาย จงสงบระงับลง กลายเป็นผู้มีสมาธิตั้งมั่น ด้วยธรรมชาติของจิตที่ปราศจากการละเมิดศีล

เมื่อไม่ละเมิดศีล ย่อมได้ชื่อว่าละเหตุแห่งความเดือดร้อนกระวนกระวาย อย่างไรก็ตาม แม้ศีลเป็นประกันว่าคุณจะมีความสุขสบายใจ แต่ไม่ได้ประกันว่าจิตของคุณจะหนีความทุกข์ได้พ้น

เพื่อประกันว่าคุณจะหมดทุกข์หมดโศก เป็นอิสระหายห่วงได้จริง คุณต้องทำบุญขึ้นสูงซึ่งเหนือกว่าการรักษาศีล นั่นคือรู้วิธี ‘ทำใจ’ ให้เท่าทันความจริงทั้งหลายที่กำลังปรากฏอยู่ทั้งภายนอกและภายใน

### ๓) ภาวนา

ภาวนาคือการทำสติให้เจริญขึ้น และที่ต้องทำให้เจริญขึ้นก็เพราะพวกเรากำลังหลงอยู่ทั้งลึ昧ตา หลงสำคัญผิด ยึดมั่นผิดๆไปต่างๆนาๆ เช่น...

เราหลงสำคัญไปว่ากายนี้จะเต่งตึงตลอดไป เมื่อกายเหี่ยวยุบลง ใจย่อมเหี่ยวแห้งเป็นทุกข์ตาม ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงว่าแม้มหาโยใจก็ต้องเปลี่ยน แม้อิริยาบถก็ต้องเปลี่ยน อะไรในกายต้องเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา ไม่คงที่สักอย่าง เมื่อนั้นจึงคลายความหลงยึดมั่นผิดๆในกายเสียได้

เราหลงสำคัญไปว่าความสุขเป็นสิ่งที่เกิดแล้วเกิดเลย เมื่อความสุขเปลี่ยนไปเป็นทุกข์ เราก็ยึดทุกข์แทน นึกว่ามันจะไม่หายทุกข์อีกแล้ว ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงเข้ามาในตัวเองแม้สุขที่เกิดขึ้นเดี๋ยวนี้ก็มีขึ้นมีลง เดี่ยวสุขมากบ้าง เดี่ยวสุขน้อยบ้าง เดี่ยวทุกข์มากบ้าง เดี่ยวทุกข์น้อยบ้าง เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริง คลายความหลงยึดมั่นผิดๆว่าสุขทุกข์เป็นของติดตัวติดใจตลอดไปเสียได้ ขึ้นอยู่กับจะมีสิ่งใดมากระทบเท่านั้น

เราหลงสำคัญไปว่าความทรงจำต้องฝังอยู่ในหัวตลอดไป เมื่อนึกไม่ออก ระลึกละไม่ได้ เราก็ขัดเคืองตัวเอง ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงว่าความทรงจำจะแม่นหรือไม่แม่น ขึ้นอยู่กับแรงประทับลงมาในใจ ถ้าแรงมากก็จำแม่น ถ้าแรงน้อยก็ลืมเร็ว

แล้วก็ขึ้นอยู่กับความเสื่อมไปเป็นธรรมดาของสังขารด้วย ระบบความจำเป็นเรื่องซับซ้อนและไม่เป็นไปตามอำนาจการควบคุมของใคร เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริง คลายความหลงยึดมั่นผิดๆว่าความจำต้องดีตลอดเสียได้

เราหลงสำคัญไปว่าความคิดอ่านและเจตนาคือตัวเรา ต่อเมื่อเวลาผ่านไป ประสบการณ์มากขึ้น เราก็พบว่าความคิดอ่านของเราแตกต่าง เจตนาดีก็กลายเป็นร้าย เจตนาร้ายกลับเป็นดี พลิกผันกลับกลอกได้ตลอดเวลา ทั้งที่เราก็ไม่ได้อยากให้เป็นเช่นนั้น ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงว่าแม้ความรู้สึกลึกซึ้งคิดในแต่ละขณะ ก็ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง ต้องอาศัยปัจจัยภายนอกร่วมปรุงแต่งเป็นขณะๆ เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริง คลายความหลงยึดมั่นผิดๆว่าความนึกคิดเป็นตัวเราเสียได้

เราหลงสำคัญไปว่ามีจิตเป็นของเรา มีจิตของเราเป็นผู้รับรู้โลก และจิตนี้เนืองมตะ ไม่ตายไปตามตัว ต่อเมื่อเจริญสติ เห็นตามจริงว่าแม้แต่การรับรู้ทางหูตายามตื่น หรือกระทั่งการรับรู้สัมผัสผ่านยามหลับ ต่างก็เป็นเพียงการรับรู้ชั่วขณะ รู้สิ่งหนึ่งแล้วหมุนเวียนเปลี่ยนไปรู้อีกสิ่งหนึ่ง เห็นบ่อยเข้าก็ยอมรับความจริงว่าจิตเกิดดับตลอดวันตลอดคืน คลายความหลงยึดมั่นผิดๆว่าจิตเป็นบุคคล หรือมีบุคคลอยู่ในจิตเสียได้

เมื่อตัดสินใจว่าจะเจริญสติไปเรื่อยๆ กับทั้งทำสติให้เจริญขึ้นได้สำเร็จจริงๆ **คุณไม่ต้องอธิษฐานหวังผลใดๆ ผลก็เกิดขึ้นให้ประจักษ์ใจในปัจจุบัน**

คุณจะเป็นผู้มีสติอยู่เสมอๆ ไม่ขาดสติเป็นคนเหม่อลอยหรือฟุ้งซ่านเก่งเหมือนแต่ก่อน

คุณจะรับมือกับความทุกข์ได้เกือบทุกสถานการณ์ เพราะสติเต็มตัวจะทำให้รู้สึกกับชีวิตด้วยอีกมุมมองหนึ่ง ที่ต่างไปเป็นคนละมิติ แม้ความทุกข์ก็ถูกรู้ว่าเป็นแค่สภาวะชั่วคราว ไม่ใช่ของจริงแท้ถาวร ใจคุณจึงลดแรงดันร่นลง ไม่กระสับกระส่ายเกินเหตุดังเคย

คุณจะรู้สึกถึงความเป็นเหตุเป็นผลของกายใจ ทุกสิ่งทุกอย่างมีความยุติธรรมและสมบูรณ์แบบอยู่แล้วในตัวเอง ไม่มีใครได้อะไรมาเปล่าๆ แต่ขณะเดียวกันก็ไม่มีใครได้อะไรมาจริงๆ ทุกอย่างเป็นไปตามเหตุที่ทำไว้ในอดีตและปัจจุบัน เมื่อต้นเหตุหมด

กำลังส่ง สิ่งที่มีอยู่ก็หายไปหมด เราจะชอบหรือไม่ชอบ เสียหายหรืออยากทิ้งขว้าง  
อย่างไรก็ต้องถึงจุดยุติเข้าสักวัน

คุณจะพบว่าบนเส้นทางสู่ความพ้นทุกข์ จำเป็นต้องอ่านและฟังให้มาก และคุณ  
จะรู้สึกว่ารู้นึกมากตอนเริ่มต้น รู้้น้อยลงเมื่อศึกษาลึกขึ้น **แล้วที่สุดจะไม่นับว่ารู้อะไรเลย**  
**หากยังไม่รู้สึกตัวอยู่กับกายใจในบัดนี้**

คุณจะตระหนัก พบรักแท้ว่ายากแล้ว เหมือนโชคดีเหลือเกินแล้ว แต่ความจริงคือ  
พบทางพ้นทุกข์นั้นยากกว่า และโชคดียากว่าอย่างเทียบกันไม่ได้ เพราะความรักเป็นสิ่งที่  
เจออยู่ด้วยความว้าวุ่น และต้องยุติลงด้วยการจากเป็นหรือจากตาย แต่ความพ้นทุกข์  
มีแต่ความสงบที่เต็มบริบูรณ์ กับทั้งเป็นอมตะอย่างแท้จริง ไม่มีการพรากจากอีกเลย

คุณจะเปรียบเทียบเห็นได้ถนัดชัด ว่าความรักบังคับให้คุณต้องรอการพิพากษาจาก  
คนที่คุณรักว่าจะเอาด้วยหรือไม่ แต่ความพ้นทุกข์มีตัวคุณคนเดียวเลือกเอง ตัดสิน  
เอง ดุจเดียวกับการตัดสินใจเลือกว่าจะถ่มเมล็ดในปากทิ้งเสียที่ไหน ทุกอย่างขึ้นอยู่กับ  
กับความสมัครใจของคุณล้วนๆ

คุณจะเล็งเห็นว่าบนเส้นทางสู่ความพ้นทุกข์ คุณไม่จำเป็นต้องง้อใครให้มาเคียง  
ข้างเป็นกำลังใจ ขอเพียงคุณหนักแน่น สามารถเป็นกำลังใจให้ตนเอง ก็อาจเดินเดี่ยว  
ได้ตั้งแต่ต้นจนสุดสาย

คุณจะย้อนกลับมาเห็นว่ารักแท้เป็นเพียงอีกสิ่งหนึ่งที่ลวงโลกให้สำคัญผิด คิดว่า  
คุณได้ คิดว่าคุณเสีย แท้จริงคุณไม่เคยได้หรือเสียอะไร เหมือนต่อให้ฝักฝืนร่วมกัน  
สำเร็จ ตื่นขึ้นมาพวกคุณก็จะไม่รู้สึกรู้ว่าจะจับฉวยสิ่งใดในฝันไว้เป็นสมบัติได้ โลก  
ความจริงก็เช่นนั้น แม่นานกว่าฝัน ดุจจับต้องได้มากกว่าฝัน แต่ก็ไม่ต่างจากฝัน ตรงที่  
มันต้องเลอะเลือนไป เสื่อมสลายหายสูญไป ก็เมื่อสิ่งใดต้องเลอะเลือนแล้วสาบสูญไป  
คุณควรอ้างหรือว่าครั้งหนึ่งจับคว้ามั่นไว้ครองได้? แม่นานกว่าคว้ามก็จริง แต่สาระ  
แก่นสารมันต่างอะไรจากคว้ามเล่า?

คุณอาจจะลืกลืงได้ หลังจากฝึกรู้ได้แจ่มชัดพอ จนเห็นว่ากายใจนี้ก็เป็นเพียง ชาติหนึ่ง ยังมีกายใจก่อนหน้าเรียงเป็นดับ คุณจะพบว่าแต่ละกายใจเป็นเหตุผลของ กันและกัน เป็นที่มาที่ไป ในแบบคลี่คลายจากชีวิตหนึ่งไปสู่อีกชีวิตหนึ่งอย่างสืบเนื่อง

คุณจะรู้ชี้ว่าใครที่ถูกกดขี่ข่มเหง ถูกทำทารุณ ถูกอุบัติภัยพรากรคนในครอบครัวให้ เหลือตัวคนเดียว ก็ไม่ได้น่าสงสารมากไปกว่าตัวคุณและคนรักเลยสักนิดเดียว เพราะ คุณและคนรักก็ถูกอวิชชาลากไปลากมา ขึ้นสวรรค์ลงนรก ถูกมัจจุราขพรากรไปจาก เหล่าบุคคลที่รัก นับครั้งนับหนไม่ถ้วน บนเส้นทางวิบากกันดารนี้

คุณจะเป็นเป็นภาพรวม ว่าชาติก่อนๆคุณก็สำคัญผิดเหมือนอย่างเดี๋ยวนี ะ วิชาที่ หนึ่งๆ เหมือนไม่น่าสงสัยเลยว่าเป็นใคร แล้วก็เชื่อมั่นว่านี่เป็นตัวคุณ ต้องใช่ แน่ๆ ไม่มีตัวอื่น ทั้งที่จริงมีกายใจเกิดตายสืบเนื่องกันยิ่งกว่าขบวนมดปลวก แต่ละ หน้าตา แต่ละอัตรภาพ แต่ละชื่อแซ่ แต่ละความรู้สึก ไม่ซ้ำแบบกันเลย คุณอาจเคย เป็นคนแบบเดียวกับที่กำลังเกลียดอยู่เดี๋ยวนี หรืออาจเคยเป็นสิ่งที่เฝื่อนอยากเป็น นักหนา ทว่าอัตรภาพเหล่านั้นก็สูญสลายไปหมด ถูกหลงลืมไปหมด และคลี่คลาย กลายมาเป็น ‘ตัวนี้’ ที่จำอะไรเกี่ยวกับอดีตชาติไม่ได้เลย

คุณจะเห็นว่าคู่รักเปลี่ยนไปเรื่อยๆ ไม่ว่าจะคู่ของคุณหรือคู่ของคนอื่น ไม่มีใคร เป็นคู่ใครจริงชนิดไม่แยกจากกันตลอดไป และพวกเขา ก็ตกอยู่ในวังวนแห่งความเกิด ตายอย่างไม่รู้วิธีไหนอื่นเหมือนๆกับคุณ กามและบุญบาปอันเคยทำร่วมกัน ดึงดูด ให้มาพบกัน จะยาวนานหรือแสนสั้นก็ขึ้นอยู่กับแรงส่งเก่าและสายใยใหม่ สำคัญคือ ซ้ำเร็วต้องจากกันแน่

คุณจะเห็นตัวเองยกระดับการรับรู้ ทราบชัดว่าจินตนาการและคลื่นความปรุ่งแต่ง ในหัวนั้นแหละคือความฝัน การมีชีวิตมนุษย์ที่คุ้มที่สุด คือโอกาสได้รู้สึกถึงลมหายใจ รู้สึกถึงกาย รู้สึกถึงจิต รู้จริงว่าเหล่านั้นไม่ใช่เรา เพราะเฝ้ามองกายใจจนเห็นว่ามันเป็น เพียงเครื่องล้อให้ยึด แท้จริงมีความไม่เที่ยง ไม่อาจทนได้ เพราะไม่ใช่ตัวตน ความ รู้สึกในตัวคุณจะหายไป และกลายเป็นรสแห่งจิตอันบริสุทธิ์จากความหลงผิดไปแทน

คุณจะเล็งเห็นว่าคู่รักที่ซึกขวนกันเจริญสุติ นับเป็นความโชคดีของกันและกันอย่าง ใหญ่หลวงที่มาพบกัน อาจเจเทียบเท่ากับพบพระอรหันต์ เพราะแม้พระอรหันต์จะ

สว่างประดุจแสงอาทิตย์ แต่ก็ไม้อาจช่วยดูแลเป็นแรงบันดาลใจให้พวกคุณพากันเจริญ  
สติได้ในเวลากลางคืน ส่วนพวกคุณแม้เป็นแสงเทียน ก็ยังส่องสว่างในความมืดให้แก่  
กันและกันได้ตลอดเวลา

คุณค่าสูงสุดของรักแท้ คือการมีกันและกันให้สติบนเส้นทางขึ้นสูง จนกว่าจะถึง  
ความสิ้นทุกข์ที่ยอดคือนิพพาน การพากันรักนิพพานนั้นแหละคือรักอันเหนือรักอย่าง  
แท้จริง มิแต่ได้กับได้ เพราะแม้ยังไม่ถึงฝั่ง อย่างน้อยที่สุดพวกคุณก็ได้ชื่อว่ารักจะ  
เป็นสุข มิใช่รักจะเป็นทุกข์เยี่ยงคนหลงทาง หาทางออกยังไม่เจอ.

### ท้ายบท

หวังว่าบทนี้และเนื้อหาของหนังสือทั้งเล่ม  
คงช่วยให้คุณเห็นความจริง  
และทางเลือกทั้งหมดที่เกี่ยวกับรักแท้

เมื่อเห็นความจริงและทราบว่ามีทางเลือกมากกว่าที่คิด  
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือถามตัวเองว่า  
ทุกวันนี้คุณกำลังทำอะไรอยู่  
ต่อสู้เพื่อรักอันเป็นทุกข์หรือเพื่อรักอันเป็นสุข

- สำหรับงานเขียนอื่นๆทั้งหมดที่ผ่านมาของผม ซึ่งมีตั้งแต่นวนิยายรักสนุกๆ ไปจนกระทั่งวิธีเจริญสติอย่างละเอียด ตลอดจนนิตยสารรายปักษ์ ‘ธรรมะใกล้ตัว’ สามารถเข้าไปอ่านได้ฟรีที่  
<http://dungtrin.com>
- ส่วนเว็บที่เน้นความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความรักโดยตรง ขอแนะนำเว็บแสงดาวส่องทาง ซึ่งเหมาะตั้งแต่สำหรับวัยรุ่นที่ยังวุ่นอยู่กับรัก ไปจนถึงวัยทำงานที่เข้าสู่ช่วงของการใช้ชีวิตคู่แล้ว  
<http://star4life.com>
- และหากต้องการแลกเปลี่ยนความเห็น ถามไถ่หรือสนทนาประสาธรรม ขอเชิญที่ ‘ลานธรรมเสนา’  
<http://lamdham.net>

## ดังตฤณ

สาธิตชัย ⇐



## อนาคตอันมืดมน

ในสมัยวัยรุ่น ความรู้เกี่ยวกับอดีตชาติแม้กระathonกระแท่น แต่อย่างน้อยก็ช่วยให้ผมเห็นตนเองต่างไปจากเดิม เช่น เมื่อทราบช่วงท้ายของชีวิตก่อนมีการ ‘หลบหนี’ อะไรบางอย่าง ก็ปะติดปะต่อได้ถูกว่าผลของการหลบหนีนั้น ส่งผลสำคัญให้ชาติปัจจุบันถือกำเนิดด้วยดวงจิตที่มีกำลังอ่อน

ใครก็ตามที่ถือกำเนิดด้วยจิตที่มีกำลังอ่อน ส่วนลึกจะรู้สึกเหมือนอ่อนแอไร้เรี่ยวแรง ไม่มีแก๊จจะทำงานใหญ่ให้สำเร็จ แนวโน้มจึงเป็นพวกทำดีที่เหลว เขียนด้วยมือลบด้วยเท้า แม้ตั้งใจทำอะไรจริงก็ห้อยอย่างง่าย อยากปล่อยภาระไว้แบบคาราคาซัง โดยรวมจึงขาดความเชื่อมั่นในตนเอง นั่นคือความเป็นผมในช่วงต้นชีวิต

นิมิตในช่วงต้นไม่ละเอียดพอจะช่วยให้รู้ว่าผมหนีอะไรมา ทราบแต่ว่าหนีสำเร็จแล้วสบาย แต่เป็นความสบายที่ต้องแลกด้วยศักดิ์ศรีและความนับถือตัวเอง ไม่ต่างจากทหารหนีทัพ แม้ลอยตัวเหนือความลำบากสาหัสในสมรภูมิสำเร็จ ก็มองเงาตัวเองในกระจกได้ไม่เต็มตานัก

นอกจากการได้รู้จักความเป็นมาของตนเองดีขึ้นนิดหนึ่ง ผมยังได้ข้อสรุปว่า แม้ชาติภพและการเวียนว่ายตายเกิดจะมีจริง แต่หนึ่งชาติก็มีค่าไม่ต่างจากฝันข้ามคืนเท่าใดนัก เพราะทุกชาติจะหายไปและถูกลืมราวกับคลื่นกระทบฝั่ง แม้คุณจะสามารถระลึกชาติได้ หรือกระทั่งสั่งสอนผู้คนให้เชื่อเรื่องภพภูมิและการเวียนว่ายตายเกิดได้ แต่พอเกิดใหม่คุณจะเป็นคนไม่รู้อะไรเลย สงสัยและต้องค้นหาคำตอบแบบเสี่ยงถูกเสี่ยงผิดไม่ต่างจากคนธรรมดาครั้งแล้วครั้งเล่า

เออละ! รู้เฉพาะตนว่าชาติก่อนมีจริง รู้ว่าการทำอะไรไว้ในกาเกิดครั้งโน้น มีผลกระทบจกกับการเกิดครั้งนี้ เสร็จแล้วยังไงต่อ? คำตอบไม่ได้แบอยู่ตรงที่เรารู้ว่าภพชาติมีจริง トラバโดยังไม่มีคำถามที่ชัดเจนว่าจะเอาอย่างไรกับชีวิต จะรู้อะไรแค่ไหนก็ไม่ใช่คำตอบไปทั้งนั้น!



จากความอยากรู้คำตอบเกี่ยวกับอดีตชาติ แปรเป็นความอยากได้คำตอบเกี่ยวกับอนาคตอย่างรุนแรงไปแทน ช่วงมัธยม ๕ ผมรู้สึกอัดอั้นตันใจเป็นอย่างยิ่งกับการถามตนเองว่าวันหน้าจะเลือกเรียนให้จบปริญญาตรีด้านไหนดี รู้แต่ว่าถ้าคิดจะมีชีวิตอยู่ในระบบทุนนิยมอย่างสบายไม่ว่าใคร จะอยากหรือไม่อยากเรียนก็ต้องเรียนจะพร้อมหรือไม่พร้อมเลือกก็ต้องเลือก

เกือบทุกเย็นผมจะเดินทางกลับบ้านอย่างคนที่รู้สึกหงอยๆ ฝ้าย้าถามว่าตัวเองเกิดมาทำไม? จะเอาสาระอะไรจากชาตินี้? อีกปีกว่าๆจะเอนทรานซ์เข้าคณะอะไรได้? การตอบตัวเองไม่ถูกทำให้ผมค่อยๆหดหู่และซึมเศร้าลงทุกที นึกเกลียดอนาคตแต่ก็เหมือนถูกเงื่อนไขต่างๆบีบบังคับให้ผูกใจไว้กับอนาคตไม่เลิก

หลายวันหลายเดือนเข้า อยู่ๆผมก็เริ่มฉลาดขึ้นหน่อยหนึ่ง คือบอกตัวเองว่าที่ต้องกลัดกลุ้มอยู่กับอนาคตอันมืดมน ก็เพราะปัจจุบันไม่มีไฟให้ความสว่างฉายไปข้างหน้าเหมือนอย่างคนอื่นเขา

เพื่อนๆหลายคนคุยเฟื่องเรื่องความตั้งใจจะเป็นวิศวกร จะเป็นหมอ จะเป็นตำรวจ แต่ละคนเหมือนถูกอาชีพหนึ่งๆจองตัวไว้แล้ว ก็แค่ค่อยๆเดินตรงไปสู่อ้อมแขนของอาชีพนั้นๆ วันนี้กับวันพรุ่งของพวกเขาเหมือนถูกเชื่อมต่อกันให้ติดแน่นเป็นอันเดียวกันไม่ต้องเพ่งมองให้เมื่อยก็เห็นชัดถนัดใจอยู่แล้ว

เมื่อจุดมุ่งหมายชัด ชีวิตก็ปรากฏเหมือนโจทย์ที่เข้าใจง่าย ผมตัดสินใจจะหาใจจริงให้เจอ เพื่อวันหน้าจะเอาตัวรอดได้อย่างเพื่อนฯบ้าง ผมพรับบอกตนเองว่าชีวิตจะง่าย ถ้าตั้งโจทย์ให้ถูก

แต่ให้เด็กอายุ ๑๖-๑๗ หาใจจริงให้เจอ ตั้งโจทย์ชีวิตของตัวเองให้ถูกนี่ยากนะครับ คนแค่มือเดียวที่มีสิทธิ์รู้ตัวตั้งแต่เนิ่นๆว่าตนมีใจให้กับอะไร ยากทำอาชีพแบบไหน ถึงเวลาคนส่วนใหญ่ก็แค่บอกตัวเองว่า ‘ฉันจะเลือกเรียนคณะนี้ละ!’ แต่นับหัวได้ที่บอกตัวเองว่า ‘คอยดูเถอะ ต่อไปฉันจะเป็นหมายเลขหนึ่งของวงการนี้!’

สำหรับผม อย่าว่าแต่คิดแข่งเอาความเป็นหนึ่งกับใคร แค่นึกถึงการเลี้ยงตัวให้  
รอดก็พะอืดพะอมเต็มกลืนแล้ว ฉะนั้น ก้าวแรกของการแสวงหาใจจริงให้ตัวเองจึง  
ต้องตัดความคิดแข่งขันหรือกระทั่งกดให้ทันคนอื่นออกไป สิ่งแรกและสิ่งเดียวที่  
ต้องหาให้เจอคือ ‘ไฟ’ เท่านั้น

ไฟในความหมายของแรงบันดาลใจ กับไฟในความหมายของแสงสว่างของชีวิต  
ถ้าเป็นของจริงแท้สำหรับใคร มันต้องเป็นไฟดวงเดียวกัน นี่คือข้อเท็จจริงที่ผมพบ  
ด้วยชีวิตตนเองในเวลาต่อมาครับ

## ดังตฤณ

สารบัญ ↩



## ทะเลาะกับคนรักบ่อยมากๆ จะแก้ไขอย่างไรดี

โดย Aims Astro

ถาม - ดิฉันทะเลาะกับคนรักบ่อยมาก ทั้งที่เรื่องอื่นก็เข้ากันได้ดี มีเรื่องอารมณ์ร้อนๆ อย่างเดียวที่เป็นปัญหา บางครั้งขัดแย้งกันเรื่องเล็กน้อย แต่พอจะรับอารมณ์ไม่อยู่ก็กลายเป็นเรื่องใหญ่ไปจนได้ ไม่อยากอยู่กันไปทะเลาะกันไปค่ะ จะแก้ไขได้อย่างไรบ้างคะ

ช่วงนี้อากาศร้อนนะค่ะ ทำให้คนส่วนใหญ่หงุดหงิดง่าย แต่ร้อนกายที่แดดเผายังไม่เท่าร้อนใจด้วยไฟโทสะ อุดหนุนภูมิกายนอกสูงแบบนี้ คงต้องพยายามร้อนกายแต่สบายใจ ด้วยการปรับอุดหนุนภูมิกายในใจของเรา ให้เย็นเสมอด้วยธรรมะ ไม่ว่าโลกข้างนอกจะร้อนขนาดไหนก็ตาม

สำหรับปัญหาร้อนๆ ว่าด้วยการทะเลาะกันของคู่รักแต่ละคู่ จะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง หรือทั้งสองฝ่ายจุดชนวนขึ้นนะค่ะ เท่าที่ดูดวงมาสังเกตว่าคู่ที่มักมีปัญหาการทะเลาะ เกิดจากทั้งสองฝ่ายเป็นคนร้อนๆ บางคู่ก็ร้อนมากคนหนึ่ง อีกคนหนึ่งร้อนน้อย แต่สรุปว่าต้องมีโทสะของทั้งสองฝ่ายเข้ามาเกี่ยว ไม่งั้นทะเลาะกันไม่ได้หรอกค่ะ : )

การแก้ไขดับไฟโกรธ ป้องกันการทะเลาะ ขอให้เริ่มด้วยการฝึกทำทานด้วยใจสละออก เพราะใจของคนที่ทำทานจะมีความอ่อนโยน ควบคู่ไปกับการทำทาน ก็รักษาศีลห้าไปด้วย ทั้งนี้การไม่คิดประทุษร้ายตนเองและผู้อื่นทั้งกายและวาจา ยกตัวอย่างเช่น การรักษาศีลข้อ ๑ คือเว้นจากการประทุษร้ายชีวิตของผู้อื่น ย่อมหมายถึงจิตใจที่อ่อนโยนต่อสรรพสัตว์ แม้จะเป็นเพียงมดหรือแมลงเล็กๆ ก็ตามที่ คนที่ทำทานและรักษาศีลนั้น จิตใจจะอ่อนโยน เพราะเมื่อไม่คิดเบียดเบียนผู้อื่น ความเมตตากรุณา

ก็จะเกิดขึ้นไปพร้อมๆ กัน นอกจากนี้นี้ยังควรสวดมนต์บทสรรเสริญถึงคุณพระพุทธรูป พระธรรม และพระสงฆ์ อย่างบทอธิปิโสฯ ก็จะได้รับกระแสเย็นของพระรัตนตรัยค่ะ

เหนือสิ่งอื่นใดก็คือการปฏิบัติธรรม เจริญสติ ตามรู้กายใจไปตามจริง หรือที่เรียกกันว่า “วิปัสสนา” ให้เห็นตามจริงว่าจิตใจของเราอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง ทนอยู่สภาพเดิมไม่ได้ และไม่สามารถบังคับได้ ท่านที่มีพื้นฐานเป็นคนโทสะแรง จะปฏิบัติง่าย เพราะโทสะเป็นกิเลสตัวใหญ่ เห็นชัด เมื่อใดที่มีความโกรธ ก็ให้ “รู้” ว่าจิตมีความโกรธ ในช่วงแรกๆ ก็จะต้องโกรธใหญ่ๆ ก่อนจึงจะเห็นค่ะ

การรู้ว่าโกรธอะไร โกรธใคร ไม่เหมือนกับการรู้ว่าจิตมีความโกรธนะค่ะ เพราะในขณะที่เรารู้เรื่องราว แต่จะไม่รู้ว่าจิตกำลังหลงไปโกรธอยู่ หรือถ้ากำลังดูความโกรธ แล้วอยากหายโกรธ ก็ให้รู้ถึงความอยากนั้น ถ้าอยากหายแล้วไม่หาย แล้วรู้สึกหงุดหงิดขึ้นมา ก็ให้รู้ลงไปอีกค่ะ เฝ้าตามดูจิตใจโดยไม่ต้องเข้าไปแทรกแซง เพราะหน้าที่ของเราคือคอยตามรู้เท่านั้น เมื่อตามรู้ได้บ่อยเข้า จิตจะเห็นโทษของการมีโทสะ ว่าทุกครั้งที่โกรธ จิตจะเกิดความทุกข์ขึ้นทุกครั้ง เมื่อเห็นสภาวะธรรมบ่อยเข้าๆ จิตก็จะฉลาดขึ้น ต่อไปเมื่อเกิดโทสะอีก สติจะทำงานทันที คือ “รู้” เพียงเท่านั้นความโกรธ ก็ดับไป สักระยะหนึ่งจากที่ต้องโกรธแรงๆ แล้วจึงรู้ ก็จะมีรู้ทันได้เร็วขึ้น เช่นเพียงแค่ขัดใจก็จะรู้ แล้วโทสะนั้นก็ดับไปค่ะ

การฝึกดูความโกรธนั้น มีข้อแม้ว่าเราต้องมั่นใจว่าสามารถตามรู้จนความโกรธดับไป แต่ถ้าไม่แน่ใจในตัวเอง ก็ให้พยายามห้ามความโกรธไปก่อน ดังที่**คุณดังตฤณ** เขียนไว้ในหนังสือ **“รักแท้มีจริง”** ความว่า “ถ้าอยากพูดคำหรืออยากลงมือทำร้ายใคร ตอนนั้นความโกรธมีไว้ห้าม ไม่ใช่มีไว้ดู แต่ถ้าแค่หงุดหงิดคิดไม่ดีกับใคร ตอนนั้นความโกรธมีไว้ดู ไม่ใช่มีไว้ห้าม”

ส่วนในกรณีที่โทสะแรงมาก ชนิดห้ามไม่อยู่ ก็ให้หลีกเลี่ยงๆ จากสถานการณ์ไปก่อน เพราะในขณะที่โกรธสุดๆ อาจจะพูดหรือทำอะไรที่ทำลายน้ำใจของอีกฝ่ายหนึ่งได้ง่าย หลายคู่ที่เลิกกันเพราะอารมณ์ชั่ววูบ หรือแม้แต่คู่ที่ทำร้ายร่างกายกันจนบาดเจ็บหรือเสียชีวิต สุดท้ายต้องมาเสียใจทีหลังว่าไม่น่าเลยค่ะ

ว่าแล้วดิฉันก็ขอเล่าถึงคนที่กรรมเก่าส่งผลให้พวกเขามีนิสัยร้อนๆ ติดตัวมาตั้งแต่เกิด แต่ก็สามารถเปลี่ยนแปลงตัวเอง กลายเป็นคนใหม่ที่โทะสะไม่รุนแรงแบบเดิม จึงไม่ต้องประสบกับชะตากรรมแบบที่ดวงได้ขีดเส้นทางไว้ เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้ท่านผู้อ่านที่มีปัญหาทำนองนี้ค่ะ : D

ลูกค้าขายท่านหนึ่งที่มีเมื่อผูกดวงออกมาแล้ว ดูเหมือนว่าเรื่องคู่ครองจะไม่ดีเอาหลายๆ ปัญหาเริ่มจากตัวเขาเองเป็นคนอารมณ์รุนแรง ดาวที่มีอิทธิพลต่อการกระทำและความคิดสัมพันธ์ทั้งธาตุลมและธาตุไฟ ในทางโหราศาสตร์นั้น ลมกับไฟเป็นธาตุที่สนับสนุนกันค่ะ แบบนี้ก็เท่ากับลมช่วยพัดไฟให้ร้อนแรงขึ้น คือจากที่เจ้าอารมณ์อยู่แล้ว ก็จะยิ่งทวีความรุนแรง ในเรือนคูมีคู่ดาวที่หมายถึงการกระทบกระทั่งอยู่ด้วย ยิ่งไปกว่านั้นดาวคู่ครองยังอยู่เรือนอิ เจ้าเรือนอิเป็นเกษตร (เกษตร แปลว่า มั่นคง) ส่งผลให้ชีวิตคูมีเรื่องปะทะกันเสมอๆ และเป็นปัญหาถาวรที่แก้ไขยากด้วยค่ะ

เนื่องจากดวงนี้เป็นดวงสองชั้น ดิฉันจึงอ่านจากดาวแทนเจ้าของดวง เข้าไปหาดาวคู่ครอง เพื่อตรวจสอบอีกครั้งหนึ่งว่าเป็นเช่นเดียวกับความหมายทางลัคนาหรือไม่ ก็พบว่าเรื่องคูมีปัญหาอีก เมื่อออกมาไม่ดีทั้งสองทางแบบนี้ ก็สรุปความว่าดวงนี้น่าจะมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับคู่ครอง ไม่มีความสุขในชีวิตสมรส สาเหตุหลักก็คือเพราะอารมณ์ร้อนๆ ของเจ้าตัวเป็นส่วนสำคัญ

ในความเป็นจริงก็คือ ในอดีตที่ผ่านมาเขามักกระทบกระทั่งกับคู่ ซึ่งเท่าที่อ่านผ่านดวงเขาไป พบว่าภรรยาที่อารมณ์ร้อนอยู่ไม่น้อย เลยมีปัญหาง่าย แต่ปัจจุบันคู่นี้ไม่ทะเลาะเบาะแว้งอีกต่อไป เพราะฝ่ายชายหันมาปฏิบัติธรรมได้หลายปีแล้วค่ะ เขาเล่าให้ฟังด้วยว่าเดิวนั้นภรรยาบอกว่าเขาเป็นคนใจเย็น และเธอจะบ่นจะว่าอะไร เขาก็ไม่สนใจทะเลาะด้วย เหมือนกับว่าฝ่ายหนึ่งจุดไฟแต่อีกฝ่ายไม่เติมเชื้อเพลิงเพิ่ม สักพักไฟก็มอดลงเอง ยิ่งไม่ได้ตบหลายๆ ครั้งเข้า ฝ่ายที่หาเรื่องก็จะเกรงใจ ไม่ชวนทะเลาะ ปัญหาที่ยิ่งน้อยลงไปอีกค่ะ

อีกดวงหนึ่งเป็นผู้หญิงที่มีนิสัยใจร้อนและอารมณ์ปรวนแปรมาก เวลาโมโหแล้วระงับอารมณ์ไม่ค่อยอยู่ ทะเลาะกับคนรักที่ไรต้องพูดประชด เสียดสี ให้อีกฝ่ายเจ็บปวด ดวงนี้เรื่องคูก็มีปัญหามากค่ะ มีความรักก็สมหวังยากหรือไม่ก็อยู่ทนแบบ

ทนอยู่ไปเรื่อยๆ เพราะดาวคู่ศัตรูที่บอกถึงความแตกแยกรุนแรง กลุ่มดาวปัตนียูใน  
ภพวินาสน์ อ่านดาวทุกดวงประกอบกันแล้วได้ความว่า ชีวิตคู่จะมีเรื่องร้อนๆ มีความ  
ทุกข์และการทะเลาะเบาะแว้งบ่อยมาก และคู่ของเธอก็เป็นคนดื้อและเจ้าโทสะพอ  
สมควร เจ้าของดวงจะต้องเก็บกดไม่มีความสุขค่ะ

แต่หลังจากปฏิบัติธรรมมาสักพัก ความสัมพันธ์กับคู่ของเธอก็เปลี่ยนไปในทาง  
ที่ดีขึ้น จากเดิมที่ใช้แต่อารมณ์ก็มีเหตุผลมากกว่าเดิม เมื่อมีปัญหาขัดแย้งกันก็ไม่  
วิวาทรุนแรง หลายครั้งที่ดวงความรักไม่ค่อยดี น่าจะมีเรื่องราวใหญ่โตถึงขั้นแตกแยก  
เพราะกรรมเก่าทำให้ดวงเรื่องคู่ค่อนข้างเปราะบางอยู่แล้ว แต่กลับไม่มีอะไรรุนแรง  
เท่ากับในดวง จากเดิมที่ต้องทะเลาะ เพราะ “หลงโกรธ” ก็กลายเป็นสงบปากสงบคำ  
ประนีประนอมกันได้ ทำให้ชีวิตคู่ค่อยๆ เย็นขึ้นด้วยกระแสบุญที่หมั่นทำไปพร้อมกับ  
กับการละอกุศล

การที่เรารู้เท่าทันความโกรธ นอกจากจะทำให้ชีวิตคู่ดีขึ้นแล้ว ยังช่วยให้ชีวิตด้าน  
อื่นๆ ของเรา เช่น การทำงาน การคบเพื่อน ความสัมพันธ์กับพ่อแม่และบุคคลอื่นๆ  
ดีขึ้นด้วยค่ะ ซึ่งจะเห็นได้ว่ากรรมเก่ากำหนดให้ว่าเราจะเกิดมามีนิสัยแบบไหน มี  
สภาพชีวิตตามกรรมเดิมอย่างไร แต่กรรมใหม่ก็ช่วยแก้ไขได้ เมื่อนิสัยเปลี่ยน  
พฤติกรรมก็เปลี่ยน เมื่อทั้งมนोगกรรม กายกรรม วาจกรรมเปลี่ยนแปลง ชีวิตของ  
เราก็เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นค่ะ

: )



สารบัญ <

ผู้ทำบุญไว้แล้วย่อมเพลิดเพลนในโลกนี้  
ย่อมเพลิดเพลนในโลกหน้า ย่อมเพลิดเพลนในโลกทั้งสอง  
ผู้ทำบุญไว้แล้วย่อมเพลิดเพลนว่า บุญอันเราทำไว้แล้ว  
ผู้ทำบุญไว้แล้วนั้นไปสู่สุคติ ย่อมเพลิดเพลนโดยยิ่ง

คาถาธรรมบท ยมกวรรคที่ ๑  
จากธรรมบท ในพระสุตตันตปิฎก  
จากพระไตรปิฎก ฉบับสยามรัฐ เล่มที่ ๒๕  
สืบค้นข้อมูล จาก <http://84000.org>

---

*As you teach, you learn.*

ยามเมื่อท่านสอนผู้อื่น ท่านย่อมเรียนรู้ไปด้วย

สุภาชิตยิว  
ถอดความโดย ภิรมมา

---

*A poor person isn't he who has little,  
but he who needs a lot.*

ผู้ที่ยากจนหาใช่คนที่มั่งมีทรัพย์สินน้อย หากแต่คือคนที่โลกไม่สิ้นสุดต่างหาก

สุภาชิตเยอรัมน์  
ถอดความโดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ

พบพานความทุกข์...เรื่องเจ็บปวดใจ  
แค่ยอมรับมัน...ตามความเป็นจริง  
ทุกข์เหล่านั้น...ก็จะไม่ทำร้ายเรา  
เกินความเป็นจริงเช่นกัน

จาก แก่งคิดจากหนังสือ  
“Hinokio – กลัวทำไม...ความทุกข์” โดย ชลนิล

คนเราปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าได้  
โดยไม่เลือกสถานที่ ไม่เลือกเวลา  
ถ้าเรามัวแต่มีข้ออ้าง ก็จะไม่วันที่จะพวยเรือไปถึงฝั่งได้เลย  
ถึงแม้จะมีโอกาสได้บวช และมีอาจารย์เป็นถึงพระพุทธเจ้าก็ตาม

จาก สัพเพพระธรรม  
“วันสุดท้าย” โดย fullMind

ความสุขหายวับไปได้ทุกเมื่อ  
ความทุกข์วิ่งปุบปับมาหาเราได้ทุกเมื่อ  
และความเสื่อม กับความตาย ก็รอเราอยู่ข้างหน้าทุกเมื่อเช่นกัน  
ขอเพียง “อย่าประมาท” กับวันนี้ และวันพรุ่งนี้  
เพราะกิเลสไม่เคยปรานีใคร และวิบากแห่งกรรมก็ยุติธรรมเสมอ  
หาที่พึ่งที่แท้จริงให้ตัวเองไว้เสียแต่วันนี้เถิด  
ก่อนที่จะวันหน้าจะไม่มีแม้แต่เงาของพระพุทธเจ้าให้เราเดินตามอีกต่อไป

จาก จากใจ บ.ก. ไกล่ตัว  
ฉบับที่ ๕๗ โดย กลางชล

สารบัญ 



## เรื่องของ คิม ฟุค

โดย Rainbow

เรื่องและภาพของ คิม ฟุค ผ่านตาฉันมาหลายครั้งทั้งจาก forward mail บทความ นิตยสาร และทีวีในช่วงกว่า 10 ปีที่ผ่านมา

ข่าวของเธอประทับใจฉันทุกครั้งจนฉันอดไม่ได้ที่จะนำผลการต่อสู้กับความโกรธแค้น และความขมขื่นในใจเธอด้วยการให้อภัยแก่ผู้ทำร้ายเธอ

การให้อภัยของเธอครั้งนี้นอกจากปลดปล่อยเธอให้เป็นอิสระจากความโกรธแค้น เกลียดชัง อาฆาตแล้ว

ยังช่วยคนที่ทำร้ายเธอเป็นอิสระจากความเสียใจด้วยจิตสำนึกผิดในการกระทำของเขา

แม้ว่าครั้งนั้นเขาไม่มีเจตนาที่จะทำร้ายเด็กเลยก็ตาม

แล้วการให้อภัยครั้งนี้ยังต่อยอดเป็นพลังใจให้เธอช่วยเหลือเด็กอื่นๆ ทั่วโลก

ที่โดนภัยสงครามเช่นเดียวกับเธอโดยไม่จำกัดเชื้อชาติ

ผู้นำที่พุดจาด้วยอหังการแล้วไปเรียกร้อง สันติภาพ สมานฉันท์ให้แก่โลกนั้น

ฟังแล้วไม่น่าศรัทธาเท่าคิม ฟุค

ผู้หญิงบอบบางคนหนึ่งที่เคยได้รับบาดเจ็บตายจากสงคราม

ยืนอย่างสง่า ภาควมิต ต่อหน้าชาวโลก

พุดจาด้วยใบหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสจากใจจริงของผู้ที่สามารถให้อภัย

แก่ผู้ทำร้ายเธอได้โดยไม่มีเงื่อนไข

เธอเดินทางอย่างไม่เหน็ดเหนื่อยเพื่อเรียกร้องสันติภาพให้แก่โลก

ช่างเป็นภาพที่ประทับใจแก่ผู้พบเห็นเสียจริงๆ



เบื้องหน้าของ คิม ฟุค



เบื้องหลังของ คิม ฟุค หลังผ่าตัดแล้ว ๑๗ ครั้ง

เธอเกิดที่ Trang Bang

ตะวันตกเฉียงเหนือกรุงไซ่ง่อนในเวียดนามใต้ เมื่อ พ.ศ.๒๕๐๖

เวลาบ่าย ๒ โมงในวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๑๕

ระเบิดไฟนาปาล์ม ๔ ลูก ถูกทิ้งลงที่บ้านเธอ

ช่างภาพ Nick Ut ได้บันทึกเหตุการณ์ในครั้งนั้น ปรากฏภาพแก่สายตาชาวโลกคือ

ภาพเด็กหญิงวัย ๙ ขวบร่างกายบอบบางและเปลือยเปล่า

เสื้อผ้าของเธอถูกเผาไหม้หมด วิ่งร่ำให้อยู่กลางถนนพร้อมกับเด็กอีก ๒-๓ คน

โดยมีฉากหลังเป็นม่านควันดำทมิฬและเปลวไฟลูกโพล่งจากระเบิด ๔ ลูก



ภาพนี้ได้รับรางวัล Pulitzer ในปีถัดมาคือ พ.ศ. ๒๕๑๖

แม้เธอจะรอดตายจากระเบิดนาปาล์มที่ทิ้งลงหมู่บ้านของเธอในครั้งนั้น

แต่ไฟก็ได้เผาผลาญผิวหนังของเธอถึง ๖๕ เปอร์เซ็นต์

ขณะที่ลูกพี่ลูกน้อง ๒ คนตายเพราะทนพิษบาดแผลไม่ไหว

เธอต้องรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลถึง ๑๔ เดือน

และผ่านการผ่าตัดถึง ๑๗ ครั้งกว่าแผลไฟลวกจะหายเป็นปกติ

หมอศัลยกรรมพลาสติก Dr. Mark Gorney จาก San Francisco  
อาสาสมัครประจำอยู่ที่ โรงพยาบาลศัลยกรรมเด็ก Barksy ในกรุงโซ่ง่อนกล่าวว่า  
“เธอไม่น่าจะอยู่รอดได้ ตอนแรกคางของเธอเชื่อมติดกับหน้าอก  
เนื่องจากเนื้อเยื่อจากแผลเป็นแขนซ้ายของเธอไหม้จนถึงกระดูก”  
ด้วยความรักของแม่ที่คอยดูแลอยู่ข้างเตียง เธอค่อย ๆ ฟื้นตัว  
และตัดสินใจว่าโตขึ้นเธอจะเป็นหมอเหมือนผู้ที่ช่วยชีวิตเธอ  
หลังจากรักษาตัวอยู่ ๒ ปีเธอจึงได้กลับบ้าน

๒๑ ปีต่อมา พ.ศ. ๒๕๓๙

คิม ฟุค เธอได้รับเชิญให้มาพูดเรื่องในวันทหารผ่านศึก

ณ กรุงวอชิงตัน ดี.ซี. สหรัฐอเมริกา

ปรากฏตัวอยู่ต่อหน้ากลุ่มชาวอเมริกันซึ่งเคยผ่านสมรภูมิเวียดนาม

เธอยืนอย่างสง่าบนเวทีหน้าห้องประชุม

เผชิญหน้ากับบุคคลซึ่งครั้งหนึ่งได้เคยทำลายบ้านเกิดเมืองนอนของเธอ

จนทำให้ญาติพี่น้องของเธอต้องพลัดพรากตายจาก

และเกือบฆ่าเธอไปด้วยนั้น ไม่ใช่เป็นเรื่องที่คนธรรมดาจะทำใจได้ง่ายนัก

แต่เธอมาเพื่อจะบอกให้พวกเขารู้ว่า

สงครามนั้นได้ก่อความทุกข์ทรมานแก่ผู้คนอย่างไรบ้าง

คิม ฟุค เล่าถึงประสบการณ์อันเจ็บปวดของเธอครั้งนั้นแล้ว

เธอก็ได้เผยความในใจว่ามีเรื่องหนึ่ง

ที่เธออยากจะบอกต่อหน้านักบินที่ทิ้งระเบิดใส่หมู่บ้านของเธอ

พูดมาถึงตรงนี้ ก็มีคนส่งข้อความมาบอกว่า

คนที่เธอต้องการพบนั่งอยู่ในห้องประชุมนี้

เธอจึงเผยความในใจออกมาว่า

“ฉันอยากบอกเขาว่าเราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงประวัติศาสตร์ได้

แต่เราควรพยายามทำสิ่งดี ๆ เพื่อส่งเสริมสันติภาพ ทั้งในปัจจุบันและอนาคต”

เมื่อเธอบรรยายจบ ลงมาจากเวที

อดีตนักบินที่เกือบฆ่าเธอผู้นั้นก็มายืนอยู่เบื้องหน้าเธอ

เขามีไข้ทหารอีกต่อไปแล้ว  
แต่เป็นศาสนาจารย์ประจำโบสถ์แห่งหนึ่ง

เขาพูดด้วยสีหน้าเจ็บปวดว่า  
“ผมขอโทษ ผมขอโทษจากใจจริง”

คิมเข้าไปโอบกอดเขา แล้วปลอบว่า  
“ไม่เป็นไร ฉันให้อภัย ฉันให้อภัยท่านแล้ว”

คิม ฟุค เล่าว่าเหตุการณ์ครั้งนั้นสร้างความทุกข์ทรมานแก่เธอทั้งกายและใจ  
จนเธอเองก็ไม่ว่าจะมีชีวิตอยู่ต่อไปได้อย่างไร  
แต่แล้วเธอก็พบว่า

**สิ่งที่ทำร้ายเธอจริงๆ มิใช่ใครที่ไหน  
หากเกิดจากความโกรธเกลียดชัง ที่ฝังแน่นในใจเธอนั่นเอง**

“ฉันพบว่าการบ่มเพาะความเกลียดชังเอาไว้ในใจสามารถฆ่าฉันได้”

เธอพยายามสวดมนต์ และแผ่เมตตาให้ศัตรู และแก่คนที่ก่อความทุกข์ให้เธอ แล้ว  
เธอก็พบว่า

**“หัวใจฉันมีความอ่อนโยนมากขึ้นเรื่อยๆ เต็มวันฉันสามารถอยู่ได้โดยไม่ต้องเกลียด”**

คิม ฟุค ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ของตัวเองว่า  
**“ฉันน่าจะโกรธ แต่ฉันเลือกอีกทางหนึ่ง แล้วชีวิตฉันก็ดีขึ้น”**

เธอได้ก่อตั้ง “คิมฟุคมูลนิธินานาชาติ” ขึ้น (Kim Phuc Foundation International)  
เพื่อดำเนินการเยียวยาทั้งกายและใจแก่เด็กผู้บริสุทธิ์ที่ได้รับบาดเจ็บ  
และความสูญเสียจากภัยสงครามทั่วโลก



ภาพเด็กหญิง ๙ ขวบวิ่งหนีไฟระเบิดด้วยหน้าตาตื่นตระหนก  
 เสื้อผ้าบนร่างที่บอบบางของเธอถูกไฟเผาจนเหลือร่างที่เปลือยเปล่า  
 ปลุกสำนึกของคนทั่วโลกให้ตระหนักถึงภัยสงครามต่อมนุษยชาติ  
 ภาพนี้มีผลให้ คิม ฟุค เป็นผู้ถือสารที่ทรงพลัง  
 ในเรื่องการให้อภัย สมานฉันท์ และความอดกลั้น  
 ปัจจุบันนี้เธอเป็นผู้ทำกิจกรรมแสวงหาสันติภาพ (peace activist)  
 คิม ฟุค รับเชิญไปเล่าเรื่องของเธอกับโลก เพื่อแสดงให้เห็นว่า...  
 เธอสามารถปลดปล่อยตนเองให้เป็นอิสระจากความทรงจำ  
 ที่เจ็บปวดขมขื่นแสนสาหัสครั้งนั้นด้วยการให้อภัยแก่ผู้ที่ทำร้ายเธอ  
 ขอความอันทรงพลังที่เธอสื่อถึงผู้ฟังเสมอคือ

“ในเมื่อเราเปลี่ยนแปลงอดีตไม่ได้ เราจึงไม่ควรปักใจอยู่กับอดีต แต่เราสามารถเรียนรู้จากอดีตเพื่อทำปัจจุบันและอนาคตให้ดีขึ้นได้ การอยู่กับความโกรธ เกลียดชัง และความขมขื่นนั้น ทำให้เธอเห็นคุณค่าของการให้อภัย”

กรรมในอดีตอาจนำพาให้เราเกิดมาพบกับ ความทารุณโหดร้ายของภาวะสงครามอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่เราสามารถที่จะเลือกว่าเราจะใช้ชีวิตจมอยู่กับ ความโกรธ เกลียดชังขมขื่นกับเคราะห์กรรมของตน หรือทำใจให้อภัยแก่ผู้ที่ทำร้ายเราโดยสิ้นเชิง แล้วเพิ่มเติมกรรมดีในชาตินี้ด้วยการช่วยเหลือผู้อื่นที่ได้รับเคราะห์กรรมเช่นเดียวกับเรา ได้หลุดพ้นจากความทุกข์เหล่านั้น นอกจากปลดปล่อยตัวเองให้เป็นอิสระแล้ว ยังใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างมีคุณค่าต่อสังคมดังเช่น คิม ฟุค ได้กระทำเป็นอย่าง

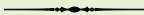


เมื่อฉันมองเห็นใบหน้าสดใสยิ้มแย้มเป็นสุขของ คิม ฟุค ในภาพ ที่เอื้อมปลายนิ้วไปสัมผัสภาพ “แผลเป็น” จากภัยสงครามของเธอแล้ว ทำให้ฉันนึกถึงคำสอนของพระพุทธองค์ที่ตรัสว่า

“บุคคลฆ่าความโกรธได้ย่อมนอนเป็นสุข ฆ่าความโกรธได้ย่อมไม่เศร้าโศก”

(จากธัญยานีสูตร

[http://84000.org/tipitaka/pitaka\\_item/sutta\\_name.php?name=ธัญยานีสูตร&book=9&bookZ=33](http://84000.org/tipitaka/pitaka_item/sutta_name.php?name=ธัญยานีสูตร&book=9&bookZ=33))



บทความนี้เรียบเรียงเรื่องและภาพ จาก forward mail  
และ บทความจากเว็บต่างๆ เช่น

- “ยาสามัญประจำใจ” พระไพศาล วิสาโล จาก <http://www.budpage.com/ba156.shtml>
- บทเรียนของ “คิม ฟุค” <http://jixmee.multiply.com/journal/item/34>
- ชีวิตของผู้หญิงที่ชื่อ “คิม ฟุค” สะท้อนชีวิตที่โหดร้ายภายใต้กำลังใจที่เข้มแข็ง <http://forum.sanook.com/forum/?topic=2445000>
- Phan Thi Kim Phuc – The Human Suffering <http://www.vietnamwar.com/phanthikimphuc.htm>

สารบัญ ↩





## รักหลายเศร้า เมื่อพ่อเรามีเมียน้อย โดย กล้วยไม้

คุณรักพ่อไหมคะ

ฉันเชื่อว่าหลายๆคนก็คงรักพ่ออย่างที่ผมรัก

พ่อ...เคยเป็นฮีโร่ของฉัน

พ่อ...เคยเป็นคนที่ฉันรักที่สุดในโลก

พ่อ...เคยเป็นคนที่ฉันคิดถึงที่สุดยามอยู่ห่างไกล

...จนกระทั่งวันนั้น ที่ฉันรู้ความจริง

...วันที่ทุกอย่างเปลี่ยนไป...

.....

อันที่จริงก็รู้ว่าฉันไม่เคยผูกคิดสงสัยในพฤติกรรมของพ่อที่กลับบ้านดึกๆในวันที่  
พ่อไปเล่นกีฬากับเพื่อนๆหลังอาหารมื้อเย็นหรือ

และฉันก็ไม่ชอบเลยที่พ่อกลับบ้านดึกๆดื่นๆ บางทีก็หลังเที่ยงคืนโน่น พ่อโทรไป  
ด้วยความเป็นห่วงบ้าง ด้วยความสงสัยบ้าง ก็พบว่าพ่อปิดมือถือ หรือไม่ก็รับสาย  
อย่างอารมณ์เสียว่าทำไมต้องตามกันด้วย หรือบางทีฉันเดาว่าพ่ออารมณ์เสียเพราะ  
รู้สึกหงุดหงิดที่โดนจับได้กลายๆว่า กำลังทำอะไรไม่ถูกไม่ควร

ฉันคิดว่าพ่อคงแค่ไปเที่ยวผู้หญิง อย่างเลวร้ายสุดก็คือมีเมียน้อย แต่อาจจะไม่ได้  
จริงจิงอะไรมาก ฉันเคยเปรยๆให้น้องสาวฟังว่าพ่ออาจจะมีเมียน้อยก็ได้นะ แต่น้อง  
ฉันปักใจเชื่อมากกว่า “ไม่มีทางหรอก”

พฤติกรรมของพ่อเป็นอย่างนี้มาหลายต่อหลายปี จนในที่สุดฉันก็เกิดอาการอยากตามล่าหาความจริงขึ้นมาเมื่อปีกลาย ตอน ที่พ่อเริ่มจะหายออกจากบ้านในตอนกลางวันไปเฉยๆหลายครั้ง แล้วไปครั้งหนึ่งก็นาน และแม่เองก็ดูอยากจะแหย่ๆ อะไรสักอย่างแต่ก็ไม่ยอมเปิดปากพูดกันตรงๆสักที

ในที่สุดฉันก็เลยชักใช้แม่จนรู้ความจริงว่า  
“พ่อดีเมียน้อย และมีลูกด้วยกันสองคน”

ตอนที่ฉันได้ยิน มันเหมือนโลกหมุนตัวไปหมด แต่ฉันก็พยายามสงบสติอารมณ์ แม่เล่าให้ฟังว่าเรื่องมันผ่านมาสิบกว่าปีแล้ว ตอนนั้นเขาเริ่มไปติดผู้หญิงคนหนึ่งที่เขาเพ และแม่ก็จับได้ พ่อก็ว่าจะเลิกๆ ตอนนั้นแม่เชื่อพ่อสนิทใจ จนกระทั่งแม่รู้ความจริงอีกครั้งหนึ่งว่า พ่อทนไม่ได้ และกลับไปหาผู้หญิงคนนั้น ผู้หญิงคนนั้นตอรองว่าต้องให้เขามีลูกเขาถึงจะยอม ในที่สุดผู้หญิงคนนั้นก็ท้อง

แม่ซ้อค เสียใจมาก วิ่งออกจากบ้านในวันฝนตก ไปทั้งๆอย่างนั้น อาสองคนพยายามรั้งแม่ไว้ แต่แม่สะบัดตัววิ่งหนีไป แม่มีเงินติดตัวอยู่ไม่กี่บาท ขึ้นรถบอ.สายอะไรที่เจ้าตัวก็ยังไม่วุ่นไปวนมาถึงสามรอบ ร้องให้ไปตลอดทาง แล้วแม่ก็กลับมาเพราะไม่มีที่ไป

แม่เคยพยายามฆ่าตัวตายโดยการกรอกปาก ด้วยน้ำยาล้างห้องน้ำ แต่สุดท้ายแม่ก็คิดว่าแล้วลูกๆจะทำยังไง แม่ก็เลยไปโรงพยาบาลคนเดียวเพื่อให้หมอล้างท้องให้

สองนีกถึงเหตุการณ์และความรู้สึกของแม่ในตอนนั้นแล้ว มันช่างน่าเศร้าเสียเหลือเกินที่แม่ไม่มีใครอยู่เคียงข้างพอที่จะปรับทุกข์ได้ เลย แม่ต้องอดทนอยู่เพียงคนเดียวถึงสิบกว่าปีโดยที่แม่เก็บเรื่องนี้ไว้กับตัว ตลอดมา ทั้งหมดก็เพื่อลูก แม่ไม่ยอมให้ลูกๆได้รู้ความจริงกันสักคน เพราะไม่อยากให้พวกเราต้องบ้านแตกสาแหรกขาด

แม่บอกว่าสมบัติของแม่เหลืออยู่เพียงแค่ลูกๆของแม่เท่านั้น

ฉันฟังแม่ไปน้ำตาไหลพรากๆไป แม่เองก็น้ำตาไหลแต่ไม่ได้ไหลมาเป็นสายอย่างฉัน ฉันสงสารแม่ เหลือเกิน และเสียใจที่ที่ผ่านมาฉันไม่รู้อะไรเลย แม่ฉันทำอะไรผิดที่ผ่านมามีแม่เป็นแม่ที่แสนดี แม่คอยดูแลทุกคนในบ้านอย่างดี ไม่เคยขาดตกบกพร่อง แม่คอยช่วยเหลืองานของพ่อ รวมทั้งดูแลลูกๆ และทำงานบ้านในคราวเดียวกัน พ่อเสียใจที่ชอบอารมณ์ไม่ดี เครียดง่าย แต่แม่ก็อดทน และปรนนิบัติพ่อเป็นอย่างดีมาตลอด

พ่อทำอย่างนี้ได้ยังไง...

เย็นวันนั้น ฉันอาบน้ำไปพลางคิดเรื่องนีวนไปมา ความรู้สึกโกรธ เคียดแค้น และรังเกียจทั้งพ่อ เมียน้อย และลูกเมียน้อย รวมทั้งความเสียใจพลุ่งพล่านขึ้นมาไม่หยุด ฉันกรีดร้องเสียงดังเหมือนคนบ้าในขณะที่น้ำตาไหลลงมาเป็นสายพร้อมกับน้ำจากฝักบัวที่ชะลงมาบนใบหน้า ฉันรู้สึกเหมือนน้ำตาจะไหลไม่มีวันหมด และร่างกายเหมือนจะแตกเป็นเสี่ยงๆด้วยความปวดร้าวอย่างเหลือเกิน โลกแห่งครอบครัวแสนสุขของฉันแตกสลายไปอย่างไม่มีขึ้นดี พ่อที่เคยเป็นเสาหลักในชีวิตของฉัน...รั่มโพธิ์ร่มไทรของฉัน...ทุกอย่างดีๆ ที่เกี่ยวกับพ่อกลายเป็นเพียงสิ่งหลอกลวงไปหมดสำหรับฉันในเวลานั้น

แม่วิ่งมาไขกุญแจเปิดห้องน้ำ และเข้ามากอดฉันไว้ ฉันร้องไห้โฮสบโหล่แม่ บอกแม่ว่าฉันจะไม่มีวันให้อภัยพ่อเป็นอันขาด

แม่ปลอบฉัน อย่างอ่อนโยน บอกฉันว่าเรื่องมันผ่านมานานมากแล้วและเราไม่สามารถทำอะไรได้อีกแล้ว สิ่งที่พ่อเป็นในตอนนี้อยู่ที่ว่าพ่อจะมีความสุขนะ เห็นสีหน้าของพ่อไหม ดูเขามอมทุกซีกซั่ม เขาเคยบอกว่าเขาไม่น่าก่อเรื่องไว้เลย ไม่งั้นตอนนี้อย่างที่พวกลูกๆได้กันหมดแล้ว เขาคงได้ไปเที่ยวกับแม่กันสองคน แต่ที่เขาต้องมีการะ มีลูกเล็กๆที่ยังต้องเลี้ยงดูอีก พ่อเองก็กลัวว่าลูกๆบ้านใหญ่จะรู้เข้าและไม่เคารพพ่ออีกต่อไป

แม่บอกว่าฝ่ายโน้นเองก็เชื่อว่าเขาจะมีความสุขหรอขณะที่เขาต้องใช้ชีวิตอย่างนั้น ส่วนใหญ่พ่อก็จะอยู่ที่นี่ เวลาที่อยู่ กับพวกเขาก็น้อยมาก บางทีแม่เองเสียใจที่ทำได้เป็นออกไปทำธุระนอกบ้านนานๆเพื่อเปิดโอกาสให้พ่อ ได้ไปหาฝ่ายโน้นบ้าง บางที

ถึงขนาดไปทำธุระต่างจังหวัด พ่อจะได้พาพวกเขาไปเที่ยว ถึงแม้แม่เคยคิดจะหย่ากับพ่อ แต่แม่ก็สงสารพ่อ เพราะว่าตอนนี้ธุรกิจของพ่อเจ๊ง หย่าตอนนี้ก็เหมือนว่าเห็นว่าเขาหมดสภาพแล้วเลยทิ้งไป แม่ก็เลยไม่ได้หย่า

หลังจากวันที่ได้รับรู้เรื่องราวเกี่ยวกับพ่อ ฉันมักจะตาลอย และใจลอยอยู่กับความคิดเรื่องอีกครอบครัวหนึ่งของพ่อพลางน้ำตาไหลอยู่บ่อยๆ และต้องนอนด้วยใบหน้าเประอน้ำตาหลายคืน พอตื่นมาแล้วรู้ว่าเรื่องที่พ่อมีเมียน้อยเป็นความจริงฉันก็น้ำตาไหลพรากๆ อีก บางคืนฉันก็ฝันร้าย ฝันถึงบ้านโน้นว่ามาแย่งพ่อของฉันไปหลายครั้งเวลาพ่อจะออกนอกบ้าน ฉันก็มักจะออกอาการหวาดผวา ช่วงนั้นชีวิตฉันจมอยู่กับความเศร้าและความเคียดแค้น ฉันอยากทำร้ายพวกเขาให้สาสมกับความเจ็บปวดที่ฉันมี ฉันคิดวิธีการต่างๆ นานาที่จะทำร้ายพวกเขาอย่างเจ็บปวดทุกข์ทรมานสาหัสที่สุด เท่าที่จะทำได้ บางทีก็คิดจะทำร้ายตัวเองด้วยวิธีการต่างๆ เช่น กระโดดลงบันได หรือเอามีดกรีดแขนขาตัวเอง เพียงเพื่อที่จะดับอารมณ์อันพลุ่งพล่านคุกรุ่นในใจให้หมดไป แต่โชคดีที่สุดท้ายฉันก็ไม่ได้ทำสักอย่างนอกจากพยายามที่จะลืมมันไปให้ได้

ฉันต้องต่อสู้กับความรู้สึกอันหนักอึ้งอยู่เป็นเวลานาน พ่อกลายเป็นบุคคลที่น่ารังเกียจ พ่อหักหลังความรักและความไวใจของทุกคนในครอบครัว เป็นคนที่ไม่สมควรให้อภัยอย่างเด็ดขาด ในขณะที่เดียวกับที่รู้สึกชิงชังพ่อเหลือเกินนั้น พ่อก็เป็นคนที่ฉันรักที่สุดด้วยเช่นกัน ฉันเคยคิดว่าฉันจะไม่มีวันญาติดีกับพ่ออีกต่อไปแล้ว แต่ฉันก็ทำไม่ลง ฉันรู้ว่าที่ผ่านมาพ่อรักฉันมากขนาดไหน และให้อะไรกับฉันมากเกินกว่าที่ฉันจะตอบแทนได้หมด แล้วฉันจะทรยศความรักของพ่อด้วยการทำตัวเป็นลูกกตัญญูได้อย่างไร ท้ายที่สุดความรักพ่อก็เอาชนะความเกลียดแค้นไปได้ แต่มันก็ใช้เวลาทุกอย่างจะกลับไปเป็นอย่างเดิมได้อีก

หลังจากที่ฉันรู้เรื่องของพ่อแล้ว บางครั้งแม่ก็ชอบเปรยๆ เรื่องพ่อหรือเรื่องบ้านโน้นให้ฟังทั้งๆ ที่ฉันพยายาม จะลืม หรือเอาหูไปนาเอาตาไปไร่เวลาที่พ่อออกจากบ้าน บางทีพวกเขาก็ทะเลาะกันเพราะต่างคนต่างมีทิฐิเลยสื่อสารกันไปคนละทาง แม้เราจะอยู่บ้านเดียวกัน แต่ฉันรู้สึกว่าการคบครวของฉันพังทลายไปเรียบร้อยแล้ว ความเป็นครอบครัวมันแตกร้าง แม้บางคนจะคิดว่าเราเป็นครอบครัวที่อบอุ่น แต่พวกเขาคงไม่รู้เลยว่าเกิดอะไรขึ้นกับ พวกเรา วันนั้นฉันรู้สึกทรมานไม่ไหวอีกแล้ว เหมือนตัวเอง

ใกล้จะแตกออกเป็นเสี่ยงๆ ฉันต้องการใครสักคนเหลือเกินมาช่วยโอบอุ้มหัวใจที่แตก  
ร้าวของฉันไว้ และแล้วฉันก็รีบกดโทรศัพท์ไปโรงพยาบาลเพื่อนัดจิตแพทย์ด้วยน้ำตา  
นองหน้าและ เสียงสั่นเครือจนอีกฝั่งของสายรู้สึกได้ จำได้ว่าช่วงนั้นฉันหาจิตแพทย์  
อยู่หลายครั้ง

น่าแปลกที่ในวัยผู้ใหญ่อย่างฉันก็ ยังรู้สึกเป็นทุกข์หนักหนากับมันอย่างเหลือเกิน  
แต่ถ้าเป็นสมัยวัยรุ่น ใครจะรู้ว่าฉันจะไม่ได้หนีออกจากบ้าน ดิดเล้า ดิดยาเสพติด  
มั่วเซ็กส์กับผู้ชายไม่เลือกหน้า เป็นเพราะแม่ปกป้องฉันไว้ด้วยความอดทน ปิดทุก  
อย่างไว้เป็นความลับ ฉันถึงไม่ต้องรับรู้เรื่องราวอันเจ็บปวดตั้งแต่สมัยยังเป็นนักเรียน  
และกลายเป็นเด็กที่มีปัญหาอยู่ข้างถนน

ในทางตรงกันข้าม การที่ฉันรู้เรื่องพ่อ ก็มีข้อดี มันทำให้ฉันห่วงความรู้สึกของแม่  
และคอยดูแลเอาใจใส่แม่มากขึ้นกว่าเดิม จากที่เคยเป็นไม้เบื่อไม้เมากันมานาน เราก็  
เลยเป็นเพื่อนสนิทกันและไม่ค่อยจะทะเลาะกันเหมือนแต่ก่อน ในเวลาที่แม่บ่นอย่าง  
น้อยใจเรื่องพ่อ ฉันพยายามจะปลอบแม่เสมอว่าเราได้เคยสร้างกรรมอย่างเดียวกันไว้  
กับเขา และเรากำลังชดใช้ ใช้หมดแล้วก็หมดไป แม่อย่าไปผูกเวร แล้วชาติหน้าเรา  
จะได้ไม่ต้องเจอคนที่ทำให้เราเสียใจอย่างนี้อีก ในขณะที่ตัวพ่อเองที่ได้ก่อกรรมไว้แล้ว  
และจะต้องได้รับวิบากเล่นงานต่อไป นั่นสิที่น่าเป็นห่วง ฉันปลอบแม่ไปพลาบปลอบ  
ใจตัวเองไปพลาบ

ฉันเคยพาแม่ไป หาหมอดูนักภวานาคนหนึ่ง หมอดูบอกว่ามันเป็นการใช้กรรม  
ในดวงของแม่บอกไว้ว่าถ้าแต่งงานจะต้องใช้กรรมเพราะว่าชาติก่อนเคยเจ้าชู้ เคย  
ทำให้ผู้หญิงเสียใจมาก่อน ชาตินี้เลยต้องเกิดมาเป็นผู้หญิงอันเป็นสภาพที่จะใช้กรรม  
อันนั้นได้อย่างสาสมนั่นเอง

ส่วน ตัวฉันเอง ฉันก็เคยรักผู้ชายคนหนึ่งที่มีครอบครัวแล้ว (แต่ตอนนั้นฉันตัดขาด  
กับเขาไปแล้ว) ฉันถามหมอดูว่านี่ใช่ไหม ต้นเหตุของวิบากที่ฉันกำลังได้รับทุกซ์จาก  
การที่พ่อมีเมียน้อย หมอดูยิ้ม บอกว่า “ถูกต้องเฉยเลย”

นี่ขนาดครอบครัวของคนที่คุณเคยรักไม่ได้ทราบ เรื่องเลย และฉันก็ไม่เคยพบเจอ  
พวกเขาด้วย ตอนนั้นฉันเพียงแค่นึกถึงจาริษา และเกลียดพวกเขาเอามากๆ ไม่ได้มี

อะไรไปมากกว่านี้ ดูเอาเถิดว่าแค่มนตร์กรรมอย่างเดียวก็ส่งวิบากเล่นงานรุนแรงถึงเพียงนี้แล้ว จะว่าไปแล้วมันก็เหมือนกับฉันทำตัวของฉันเองนั่นแหละ หว่านพืชอย่างไรก็ได้ผลอย่างนั้นจริงๆ ฉันทำอกุศลทางใจกับคนอื่นไว้เลยได้วิบากแห่งความเจ็บปวดทางใจเป็นของตอบแทน

ถ้ามองในแง่มนตร์กรรมแล้ว ทุกอย่างมันก็ยุติธรรมสมเหตุผลผลอย่างที่สุด ฉันคิดว่าในช่วงที่เรายังทุกข์ใจ รับมันไม่ได้ก็เป็นเพราะว่าเรากำลังโดนวิบากเล่นงาน ในทางกลับกัน ถ้าเราคอยตามดูตามรู้กายใจไปเรื่อยๆ จนเห็นว่ามันก็สักแต่สภาวะทางใจที่เกิดขึ้น แล้วก็ดับไป เราก็คงจะไม่ไปยึดมันไว้ ไม่ทุกข์ไปกับสภาวะทางใจที่เกิดขึ้น ยังไงในเมื่อเรื่องมันต้องเกิดมันก็ต้องเกิดไปตามเหตุปัจจัย แต่เราไม่จำเป็นต้องสุขทุกข์ไปกับมันสักนิดเดียว แคร์ไปตามจริงด้วยใจที่เป็นกลาง แล้วใจเราก็จะเป็นอิสระ

น่าเสียดาย ที่ฉันเองยังเป็นนักภวานาที่ไม่แกร่งพอ ถึงจะภวานามาช่วงหนึ่งแล้ว พอถึงเวลาที่เรื่องพอมาระทบ ฉันก็ยังปล่อยให้ตัวเองหลงไป ไม่รู้เนื้อรู้ตัว รู้จิตรู้ใจที่โกรธแค้น เสียใจ มัวแต่ไปดูบุคคลที่ทำให้โกรธ เลยไม่ได้ย้อนมาดูใจตัวเองเลย และถึงแม้ฉันจะเชื่อในเรื่องวิบากกรรมมากเพียงใด ฉันก็ยังไม้อาจทำใจยอมรับได้โดยง่ายในตอนนั้น

ฉันยังไม่รู้เลยว่าฉัน จะเป็นยังไงต่อในวันที่พอบอกความจริงกับทุกคน ฉันอาจจะทนไม่ได้ก็เป็นได้ หรือฉันอาจจะเฉยกว่าที่คิดก็เป็นได้ ฉันรู้แต่ว่าตอนนี้ฉันไม่ได้โกรธหรือกลัวเวลาพ้อออกไปข้างนอกอีกแล้ว มันมีเพียงความรู้สึกตะหงิดๆ ผุดขึ้นมากลางอก แต่ก็มีความรู้สึกเข้าใจ ฉันเองก็ 모르เหมือนกันว่าทำไม ฉันรู้แต่ว่าฉันไม่ยอมลงโทษซ้ำเติมพ้อมากไปกว่านี้ นอกจากนี้ การจ้องแค้นกันไม่ได้ทำให้ฉันรู้สึกดีขึ้น หรือมีความสุขขึ้นด้วย แต่ยิ่งเป็นการทำร้ายตัวของฉันเองไปพร้อมๆ กัน วันวานที่ผ่านไปเรื่อยๆ ทำให้ฉันเริ่มยอมรับความจริงได้มากขึ้น ทั้งชะตาชีวิตที่ตัวเองเป็นผู้ก่อเหตุ และผลที่ตัวเองได้รับอย่างสมน้ำสมเนื้อ

บางทีการที่ฉันทำใจได้เร็ว และทุกข์กับเรื่องนี้ในระยะเวลาที่สั้นกว่าที่คิดมากนัก อาจเป็นเพราะฉันกลับใจเร็ว ด้วยก็เป็นได้ หลังจากที่ฉันตัดขาดกับคนรักในอดีตที่มีครอบครัวแล้ว ฉันก็ไม่เคยคิดจะกลับไปหาเขา และมุ่งมั่นจะไม่ยุ่งกับคนมีเจ้าของแล้ว

อีกอย่างเด็ดขาด รวมทั้งพยายามบอกคนที่กำลังหลงผิดอย่างที่ผมเคยทำให้เปลี่ยนความคิดด้วย (แม้อาจจะไม่ได้ผลเท่าไรก็ตาม)

แม้ว่าการภาวนาของฉันจะไม่ได้เรื่องนัก แต่ก็ทำให้ฉันเริ่มรู้สึกขึ้นมาว่ายามตื่นนั้นก็ไม่ต่างอะไรจากยามฝันสักเท่าไร โลกนี้มันก็ไม่ได้มีอะไรมากไปกว่าสุขกับทุกข์ เป็นแค่สภาวะที่ผ่านมาแล้วก็ผ่านไป ผ่านมาแล้วก็ผ่านไป เหมือนฝันไปแล้วตื่นมามันก็มลายหายไป เวลาอะไรจะเกิดมันก็ต้องเกิด แต่ถ้าไปยึดไว้ก็ทุกข์เอง ปล่อยไปยิ่งสบายกว่ากันเยอะ ในเมื่อทุกอย่างในชีวิตมันก็จะผ่านมาแล้วผ่านไปเหมือนความฝันอย่างนี้ สู้เอาเวลาไปรู้ตัว ดูจิตดูใจ เพื่อเป็นทุนรอนดีๆ หากยังต้องเดินทางต่อไป ในวัฏสงสารนี้จะไม่ดีกว่าหรือ คิดได้อย่างนี้ฉันก็ยิ้มให้กับตัวเอง

สุดท้ายนี้ ฉันไม่ได้เขียนเรื่องนี้เพื่อบอกชาวดีแก่คุณผู้ชายว่า ต่อไปนี้คุณสามารถวางใจในการมีเมียน้อยได้อย่างสบายอกสบายใจ ฉันเขียนเรื่องนี้ขึ้นมาด้วยไม่อยากจะคุณพ่อหรือคุณสามีทั้งหลายเดินทางผิด ด้วยการละเมิดศีลข้อที่สามอย่างที่แม่และฉันได้เคยทำไว้ในอดีต ที่ทำให้แม่กับฉันต้องมาชดใช้ในวันนี้ และเหตุผลหนึ่งที่ฉันให้อภัยและนึกสงสารพ่อก็เพราะพ่อทำไปด้วยความไม่รู้...

พ่อ ไม่ได้รู้ ไม่ได้คิดเลยว่าการกระทำในวันนี้ของพ่อจะส่งผลให้เกิดวิบากกรรมอะไรต่อไปอีก ในภายภาคหน้า... ไม่นับเรื่องที่พ่อไม่เคยรักชาติ ศาสนา ไม่ศรัทธาในการให้ทาน และไม่สนใจการภาวนา ไม่ว่าฉันจะพยายามโน้มน้าวอย่างไรก็ตาม

ฉันได้แต่ภาวนาขอให้พ่อเดินทางก่อนที่จะสายเกินไป...

สารบัญ ↩

## ทำอะไรดี

โดย พิมพการัง

“คุณหมอคะ พี่จะให้ลูกเรียนอะไรดี เป็นหมอดีไหมคะ  
โอเน็ตเอนแต็กยุ่งน่าเวียนหัว คุณแม่ทำอะไรดี ถึงจะช่วยลูกได้”

ตอบไปตามหลักการคือ คุณแม่มีหน้าที่ส่งเสริมและสนับสนุน  
ช่วยหาข้อมูล คอยเป็นกำลังใจ อย่ากดดันลูก  
แนะนำสาขาที่ลูกทำได้ดี ถนัด และชอบ

การสอบติดหมอ ไม่รับประกันถึงความสุข หรือความสำเร็จในชีวิต  
สอบได้แต่ต้องลาออกก่อนจบก็มี เรียนจบแต่ไปทำงานอื่นก็มี  
หมอที่มีความสุขก็มี หมอที่ไม่มีความสุข ทำงานด้วยความทุกข์ก็มี

แกรก... แกรก....

ตอบไปพลาง หุกี่ฟังเสียงแทรกแกรกรากนี้ไปพลาง  
เสียงขัดพื้นทึบแรงเติมกำลังอย่างนี้ ไม่ต้องหันไปดูก็รู้ว่าป็นใคร

พี่สุใจ เป็นแม่บ้านที่ฉันทื่นชมมานาน เพราะทุกครั้งที่เห็นเธอทำงาน  
รับรู้ได้ถึงความตั้งใจ แถมมีความสุขกับงาน แค่มองก็เพลินนักหนาแล้ว

เวลาทำงานเธอชอบเม้มปากแน่น ตาจ้องจับเฉพาะตรงหน้า เคลื่อนไหวกระฉับกระเฉง  
ดูเหมือนมีการใช้ความคิด เพื่อประเมิน  
และปรับวิธีทำงานตลอดเวลา จะไม่เห็นวิธีแบบสั๊กแตว่าดู ใจลอยๆ  
แขนขาเปะปะสะดุดันนั้นชนนี้จากเธอเลย

เวลาทำงานเธอดูเหมือนกำลังบัญชาการรบที่ฟาดฟัน  
ระหว่างเหล่าเชื้อโรคร้าย กับอัสวินน้ำยาสารพัดสี



ยามเธอชนะศึกจะหันมาอวดด้วยดาววรวีว่า  
“พีใจขัดอ่างล้างมือในห้องหมอเสียเรียน..ม ไปเลย”

ช่วงหนึ่งเธอเคยต้องทำงานหนักที่คนอื่นอดอด แต่เธอบอกว่าดีแล้ว  
เพราะ “เดี๋ยวคอยดูนะ พีใจจะขัดให้มันว๊าบ..บ ไปเลย”  
พีใจมีความสุข ดูภูมิใจกับผลงานที่ “เอี่ยม..ม” “หอม..ม”

เธอทำความสะอาด เพราะอยากให้สะอาด ผลคือความวาววับประจักษ์ตา  
ฝ่ายบริหารจะเห็นไหม แม่บ้านคนอื่นจะทำมาน้อยก็ช่าง ไม่บ่นน้อยใจ

ด้วยความไม่หวั่นเกรง โต๊ะในความรับผิดชอบของเธอ แทนที่จะปูผ้าเรียบๆ  
จะได้เสร็จเร็วๆ เธอก็พยายามจัดแต่งให้สวยอยู่เป็นชั่วโมง  
จนทุกวันนี้เธอจับจิบผ้าปูโต๊ะได้วิจิตรเหมือนตามโรงแรม จัดดอกไม้ก็สวยงาม

ด้วยผลงานขนาดนี้ พีใจมีรายได้พิเศษจากคนที่ชื่นชมเธอเยอะแยะไปหมด  
มีคนขอให้ช่วยทำงานบ้าน ช่วยเลี้ยงเด็ก มีงานจัดดอกไม้ประจำทุกสัปดาห์  
มีแต่รายรับเพิ่ม ไม่มีรายจ่ายเพื่อความบันเทิง ไม่ต้องไปลดความเครียด  
เพราะทุกวันที่ทำงานก็เป็นความสุข ความท้าทาย และความภูมิใจ  
ดอกผลจากการอดออม มากพอจนซื้อสวนแปลงใหญ่ในต่างจังหวัดได้

ฝ่ายบริหารสนิทสนมกับเธอเป็นพิเศษด้วยความไม่เกียจงาน ไม่งอแง ไม่บ่น  
จนเธอได้ช่องทางขายอาหาร และกลายเป็นเจ้าของร้านอาหารร้านหนึ่ง  
ในโรงพยาบาลเรียบร้อยแล้ว เหนื่อยกายแต่สุขใจ  
แถมผลงานก็ดีไปเสียทุกอย่าง

ลูกๆ ก็ตามรอยพ่อแม่ ขยันไม่เกียจงาน รู้จักพัฒนาตัวเอง  
ฝึกฝนทักษะเพิ่มอยู่ตลอด ร้านของเธอเป็นหลักให้ญาติๆ ได้  
รสดีจนอาจจะต้องขยายสาขา

ลุงพรชัยรดแท็กซี่ มีรถเป็นของตัวเองสะอาดเอี่ยม  
มีภาพพระอาจารย์ที่นับถือตั้งไว้บูชาหลายรูป

ลุงชอบอ่านหนังสือธรรมะ ชอบสวดมนต์ สวดแล้วใจเย็นสบายดี  
ขับรถก็ขับไปเรื่อยๆ ไม่รีบ ไม่แข่ง  
ไม่เบรกกะทันหัน ผู้โดยสารจะได้นั่งสบาย  
ถามว่าเศรษฐกิจแบบนี้เป็นอย่างไรบ้าง ลุงตอบว่าดีมาก

ลุงออกรถแต่เช้า ได้ผู้โดยสารก็ขับสบายๆ หลายรายติดใจ  
ขอเบอร์เป็นลูกค้าประจำ แค่ว่าโมงเย็นก็ขับรถกลับไปกินข้าวบ้าน  
มีเวลาดูแลล้างรถให้สะอาดน่าสบาย มีเวลาสอนลูกทำการบ้าน  
ได้นั่งคุยหยอกล้อกัน สอนลูกเวลาดูโทรทัศน์  
ครอบครัวอบอุ่นและเป็นสุข ลุงมีความสุข สุขภาพก็ดี

“แต่ก็ซีเพื่อนผมเขาอยากรวยก็ทำหลายกะ อดนอนก็ไม่ตื่นจะจริงไหม  
พอว่างนะคุณก็อัดลิโป้ดูดหรีเข้า เงินทั้งนั้น รถเหม็นผู้โดยสารก็ไม่ชอบ  
ขับไปไปเบมา ปาดคนอื่นเข้าตำรวจก็เรียก ลูกเมียก็ไม่ค่อยเห็นหน้า  
กลับเข้าบ้านก็ทะเลาะกัน ลูกก็ไม่อยากอยู่บ้าน เมียก็เล่นไฟแก็กลุ่ม  
ตัวเองเครียดก็กินเหล้า เสียเงินอีกแล้ว แค่ว่าเรื่องข้าวของคุณ อ้ายเพื่อน  
ผมแขวนทองนอกบ้าน มีอะสามสิบกี่ไม่อ้อม แค่ว่ากินทั้งวันก็เป็นร้อยแล้ว”

ลุงมีความสุขกับตัวเองง่ายๆ แค่ว่าสวดมนต์ก็เย็นกายสบายใจแล้ว  
ได้พักผ่อนเต็มที่ กินข้าวพร้อมหน้าพ่อแม่ลูก บางวันก็ห่อข้าวกลางวัน  
ไม่ต้องจ่ายเพิ่ม ไม่ต้องใช้อะไรชุกกำลัง ไม่มีรายจ่ายเพื่อลดความเครียด

ลุงไม่ปิดบังว่าแต่ละเดือน ลุงได้เงินสดเข้าบ้านถึงสี่หมื่นกว่าบาท  
ลูกกับภรรยาที่ทำหน้าที่ของตัวเองได้ดี ไม่ต้องขอเงินเพื่อซื้อความสุข  
ไม่ต้องจ่ายจ่ายเพื่อลดความเครียด ไม่ต้องเดินห้างเป็นประจำ  
แค่ออยู่ด้วยกันพร้อมหน้า ก็มีความสุขมากพอแล้ว

ทั้งพี่ใจ และลุงพร เป็นตัวอย่างของคนทำงานด้วยความสุข  
แค่ได้รู้จัก พูดคุยกันไม่กี่คำ ก็เป็นแรงบันดาลใจส่งต่อให้คนอื่นได้

นึกถึงหลายท่าน ที่มีชีวิตเหมือนเป็นตำนาน  
เรื่องราวที่ได้รับ forward mail แล้วหลายรอบ อ่านก็รอบก็รู้สึกดีทุกครั้ง  
เช่นปู่เย็นเฒ่าทรงง เจ้าของประโยคที่ว่า  
คนเรามีมือมีเท้า ทำมาหากินไม่ได้ก็อายหอย  
ฉันออกหาปลา ได้มาก็ขายถูกๆ ให้คนซื้อเอาไปแกงกินให้พอหม้อ

ยายทอง เจ้าของตำนานแสงไฟจากเศษฟืน  
ผู้ใช้ชีวิตตามลำพังในกระท่อมไม้ไผ่ หาเลี้ยงชีพโดยการขาย  
ฟืนมัดละบาท แต่ละมัดดูประณีต เจียนตัดเท่ากันหมดด้วยความบรรจง  
ยายไม่รับสตางค์เปล่าๆ ใครอยากช่วยขอแค่ช่วยซื้อฟืนก็พอ  
ยายไม่เคยกล่าวโทษใคร ไม่วิงวอนขอความช่วยเหลือ  
ยังคงทำหน้าที่เหล่าฟืนขายอย่างตั้งอกตั้งใจต่อไป

ชีวิตของปู่เย็นกับยายทอง เป็นชีวิตที่มีศักดิ์ศรี และมีเกียรติ  
เหมือนพี่ใจกับลุงพร ก็เป็นชีวิตที่น่ายกย่อง  
เป็นตัวอย่างสอนลูกหลานได้

ทั้งสี่ท่าน มีเหมือนกันที่คำว่า “พอ”  
ทั้งสี่ท่าน ไม่มีใครได้คะแนนโหนดเอนต์สูงๆ ไม่มีใบปริญญาหรูหรา

ทุกท่านเริ่มต้นด้วยความ **อยากให้**  
ไม่ได้ตั้งต้นที่ **อยากรับ** หรือ **อยากรวย**

จงเป็นแม่บ้าน ที่อยากให้โรงพยาบาลสวยสะอาด  
จงเป็นคนขับแท็กซี่ ที่อยากให้ผู้โดยสารนั่งพักผ่อนให้สบาย

อาชีพสุจริตอะไรก็ได้ ที่ทำด้วยความตั้งอกตั้งใจอย่างเต็มที่  
มีความสุขกับตัวเอง ภูมิใจกับผลงานของตัวเอง  
คิดจะสร้างเองจากมือ รู้สึกสะสม มากกว่ารอให้ใครสงสาร

ลูกหลานยุคถัดไป ฉันจะภูมิใจมากถ้าเขาเติบโตขึ้นไปเป็นแบบ  
พี่ใจแม่บ้าน ลุงพรคนขับแท็กซี่ ยายทองขายฟืน หรือปู่เย็นผู้อายหอย

คนที่พึ่งตัวเองได้ ใช้ชีวิตเป็น มีความสุขง่ายๆ กับตัวเอง ไม่คดโกง  
ไม่เบียดเบียนใคร คนที่มีเกียรติ และเป็นแรงบันดาลใจให้คนอื่นได้

ลูกสอบติดคณะอะไร ไม่สำคัญเท่า **เรียนรู้** อะไร  
ได้เงินเดือนเท่าไร ไม่สำคัญเท่า **เหลือ** และ **พอ**

สอนลูกหลานให้เติบโตเป็นเหมือนไม้ใหญ่  
ชีวิตที่พึ่งตัวเองได้ ให้ความร่มเย็นคนอื่นเป็นเถิดนะคะ

สารบัญ ↩



## รักแห่งสยาม : ความจริงและการเยียวยา

โดย ผู้สังเกต

บทความนี้มีการเฉลยเนื้อหาที่อาจจะทำให้ผู้อ่านเสียรรถรสในการชมภาพยนตร์



เมื่อพูดถึงหนังสือเรื่อง ที่พูดถึงปัญหาความรักได้อย่างลงตัว “รักแห่งสยาม” นับเป็นหนังสือหนึ่งที่เคยฝากความประทับใจให้ผู้อ่านอย่างมากต่อมาก เรื่องราวทั้งหมด

ของตัวละครทั้งสองคือ โต้ง และ มิว ได้ถูกถ่ายทอดออกมาอย่างสมจริง และ  
แฝงด้วยแง่คิดหลายประการด้วยกัน



เรื่องราวเริ่มต้นที่ มิว ซึ่งต้องจากบ้านที่ระยองมาอยู่กับอาม่า ทำให้มิวได้ซึมซับ  
การเป็นนักดนตรีจากอาม่า ที่มักเล่นเปียโนอยู่เสมอๆ ด้านชีวิตนักเรียนที่โรงเรียน  
เซนต์นิโคลัสนั้น มิวมักถูกกลั่นแกล้ง แต่ได้โต้ง ซึ่งเป็นเพื่อนที่อยู่ข้างบ้านคอยช่วย  
เหลือไว้ ทั้งคู่จึงสนิทสนมกัน จนครั้งหนึ่ง โต้งได้ให้ของขวัญมิวคือ ตุ๊กตาไม้ ที่  
ถอดเป็นชิ้นส่วนต่างๆ โดยให้ปริศนาคำทาย บอกที่ซ่อนแต่ละชิ้นส่วนไว้ ทว่า พอ  
ถึงชิ้นส่วนสุดท้าย คือ จมูกของตุ๊กตา สถานที่แห่งนั้นถูกทำลายไป ทำให้มิวไม่  
สามารถเอาชิ้นส่วนจมูกได้

โต้งมีครอบครัวที่อบอุ่น มีทั้งพ่อ (กร) แม่ (สุนีย์) และพี่สาวคือแตง วันเวลาอันแสนสุขยังคงดำเนินต่อไปจนกระทั่งวันหนึ่ง แตงไปเที่ยวเชียงใหม่แล้วหายตัวไป ครอบครัวที่เคยมีความสุขกลับเปลี่ยนแปลง กรจมปลักกับความเสียใจ กลายเป็นคนขี้น้ำตา ครอบครัวของโต้งย้ายบ้านและย้ายโรงเรียนจากไป ทั้งให้มิวต้องกลับไปอยู่กับความโดดเดี่ยวอย่างเดิม

วันเวลาผ่านไป โต้ง มีแฟนสาวที่หน้าตาสะสวยชื่อโดนัท ส่วนมิวกับเพื่อนๆ ออกกำลังกายมีผลงานเพลง เด็กสาวหน้าตาน่ารักอย่างหญิงซึ่งอยู่บ้านใกล้ๆ ก็มาชอบมิวอีก ทุกอย่างดูเหมือนไปได้ด้วยดี แต่แท้ที่จริงแล้วหาเป็นเช่นนั้นไม่ โต้งกลับไม่มีความสุขเมื่ออยู่กับแฟนสาวของตน ส่วนมิวก็ยังมีปมอยู่ในใจ



โต้งได้พบกับมิวโดยบังเอิญที่สยามสแควร์ ทั้งสองคนกลับมาติดต่อกันอีกครั้ง ทำให้โต้งได้รับรู้ถึงความเจ็บเหงา โดดเดี่ยวที่มิวได้ประสบในช่วงเวลาที่ผ่านมา วันหนึ่ง มิวได้พบกับจูน ซึ่งจะมาเป็นคนดูแลออกัสของตน จูนมีหน้าตาคัลล้ายกับแตง พี่สาวของโต้งที่หายสาบสูญไป มิวจึงพาโต้งมาให้อักรู้จักกับจูน เมื่อสุนีย์ทราบเรื่องของจูนจากโต้ง เธอจึงขอให้จูนปลอมเป็นแตง เพื่อช่วยเยียวยาสภาพจิตใจของกรให้ดีขึ้น

ทุกอย่างกำลังดำเนินไปด้วยดี ทว่าคืนหนึ่ง ที่งานเลี้ยงในบ้านของโต้้ง ความสัมพันธ์ของสองหนุ่มเริ่มก้าวไกลกว่าความเป็นเพื่อน สุนีย์เห็นเหตุการณ์นี้ จึงขอให้มิวยุติความสัมพันธ์กับโต้้งเสีย

ทุกอย่างที่กำลังไปได้สวยงามจึงพังทลาย โต้้งโกรธแม่ สับสนในตัวเองจนหนีเตลิดไปอยู่กับเพื่อน มิวจมอยู่กับความเศร้า ไม่มีจิตใจทำงานเพลง หงุดหงิดแอบชอบมิวมาโดยตลอด เมื่อได้รับความจริง ถึงกับร้องไห้ด้วยความเสียใจ

เหตุการณ์ทุกอย่างดำเนินไปอย่างเลวร้าย กรกับสุนีย์มีเรื่องทะเลาะเบาะแว้ง อาการป่วยของกรทรุดลงจนต้องเข้าโรงพยาบาล ส่วนมิวก็นิยามร้องเพลงกับเพื่อนในวง จนโปรดิวเซอร์คิดจะเปลี่ยนตัวนักร้องนำ เอกซ์ เพื่อนสนิทของมิว และจนได้ช่วยพูดกับมิวจนเขาตัดสินใจกลับมาร้องเพลงอีกครั้ง เรื่องจึงคลี่คลายไปเปลาะหนึ่ง

โต้้งเตลิดหนีจากครอบครัวไปอยู่กับเพื่อนที่คอนโดสักพัก พอทราบข่าวว่าพ่อต้องเข้าโรงพยาบาล จึงรีบมาเยี่ยม ครอบครัวกลับมาเห็นใจกันอีกครั้ง

ใกล้ถึงวันคริสต์มาส สุนีย์กับโต้้งได้ช่วยกันจัดต้นคริสต์มาส โต้้งลงเลที่จะจัดตุ๊กตาเทวดาสองตัวอยู่ด้วยกัน เพราะกลัวสุนีย์จะไม่เห็นด้วย แต่สุนีย์ให้อิสระโต้้งในการจัด คล้ายกับจะบอกว่าเธอยอมรับให้โต้้งมีสิทธิในการดำเนินชีวิตอย่างที่เขาต้องการ

จนตัดสินใจจากครอบครัวของโต้้งไปอย่างเงียบ ๆ โดยทิ้งจดหมายที่สามารถเชื่อมความสัมพันธ์ ความเข้าใจอันดีแก่ทุกคนในครอบครัวนั้นให้เป็นของขวัญ

ในงานคอนเสิร์ตที่สยามสแควร์ โต้้งรับנדโดนัท เพื่อใช้ออกาสนั้นบอกเลิกกับเธอ ก่อนจะตามหญิงไปตุ่คอนเสิร์ตของมิว หลังคอนเสิร์ตจบลง โต้้งได้ไปหามิวแล้วพูดแสดงความจริงใจออกมา “มิว แม้เราเป็นแฟนนายไม่ได้ แต่ไม่ได้หมายความว่าเราไม่รักนายนะ” เขามอบชิ้นส่วนจุกของตุ๊กตาไม้ซึ่งเขากับหญิงได้หาซื้อใหม่ ให้แก่มิวเป็นของขวัญแทนน้ำใจของเพื่อน

เมื่อมิวกลับถึงบ้าน เขานำจุกของตุ๊กตาไม้ต่อกับตุ๊กตาที่มีอยู่ ทว่า น่าเสียดายที่มันไม่สามารถประกบเข้ากับตุ๊กตาไม้ที่มีอยู่ได้อย่างพอดี...



เมื่อติดตามทุกอย่างก้าว บทบาทของตัวละครในเรื่อง จะเห็นว่า การไม่ยอมรับความจริงล้วนเป็นที่มาของปัญหาต่างๆ นับตั้งแต่การไม่ยอมรับความจริงเรื่องที่แต่งหายตัวไป โต้แย้งและมิวที่ไม่รู้จักตัวตน ความต้องการแท้จริงของตัวเอง รวมถึงไม่กล้ายอมรับความจริงของสังคม คนรอบข้างในเรื่องสัมพันธ์ภาพระหว่างเขาทั้งสอง สุนีย์ที่ไม่ยอมรับ ความจริงเกี่ยวกับชีวิต และปัญหาของคนรอบข้างตัวเธอ เธอพยายามให้พวกเขาเป็นไปตามที่ตนคาดหวัง เมื่อไม่ยอมรับ ผิดความจริง ความทุกข์ ปัญหา ความขัดแย้งและน้ำตาจึงตามมา

มีเพียงการยอมรับทุกปัญหา ตามความเป็นจริง ด้วยความเข้าใจเท่านั้น จึงจะสามารถเยียวยาบาดแผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำระหว่างกันได้ ในท้ายที่สุดได้กลับมาอยู่กับพ่อและแม่เป็นครอบครัวเดียวกันอีกครั้ง ส่วนมิวกก็สามารถผ่านความทุกข์กลับมาเดินร่วมทางกับเพื่อนๆ ออกัสอย่างคนที่โตขึ้น แม้ว่ามันจะไม่สมบูรณ์เหมือนเช่นตุ๊กตาไม้ที่ได้จุมูกที่ไม่เข้าชุดกันก็ตาม แต่ก็ยังดีกว่าปล่อยให้จุมูกของตุ๊กตามันวางเปล่าไม่ใช่หรือ?

ยอมรับความจริง ยอมรับในสิ่งที่เป็น พอใจในสิ่งที่มี ดีกว่าไปตะเกียกตะกายในเรื่องที่เหนียวแรงเปล่า

ความสุข...มันอยู่ไม่ไกลนักหรอก...  
ก็แค่ตรง...ใจที่ไม่เป็นทุกข์...เท่านั้นเอง

สารบัญ ↩



## ความหวังของคนสองคน

โดย ชีระวัฒน์ อนันตวรสกุล

คนส่วนใหญ่ที่เป็นพ่อเป็นแม่คนคงเข้าใจดีว่า ลูกนั้นเป็นที่รักของตนเพียงใด บางคนยอมอดใจให้อุ้ม ทำงานเหนื่อยยากก็เพื่ออนาคตของลูก อยากให้ลูกได้ดีมีความสุขสบายในชีวิต การนึกก็เป็นหนึ่งในคนส่วนใหญ่ เขาภูมิใจนักหนาที่ลูกของตนเองเป็นเด็กเรียนดี ไม่เคยทำให้พ่อแม่ผิดหวังในเรื่องผลการเรียน คำนึงกับความเหนื่อยยากในการทำงานส่งเสีย เลือกรองโรงเรียนดีๆ ให้ลูกตั้งแต่วัยอนุบาล ตอนนี้ลูกของเขาเรียนชั้นมัธยมต้นแล้ว และได้รับเลือกเป็นตัวแทนของโรงเรียนในการตอบปัญหาทางวิชาการเสมอๆ นั่นเป็นสิ่งที่การนิกรและภรรยาภาคภูมิใจ

การนิกรและภรรยาเป็นคนกรุงเทพฯ โดยกำเนิด แต่ไปทำงานอยู่ที่แหลมฉบัง เขาทำงานเป็นวิศวกร ส่วนภรรยาทำงานแผนกบัญชี มีลูกชายสุดที่รักเพียงคนเดียว ตอนที่ลูกของเขาเรียนประถม ลูกของเขาเรียนที่โรงเรียนที่ดีที่สุดในอำเภอสรรพยา จบจนลูกต้องสอบเข้าชั้นมัธยม เขาและภรรยาเล็งเห็นว่า การส่งลูกไปอยู่กับคุณปู่ที่กรุงเทพฯ น่าจะเป็นการดีกว่าในเรื่องโอกาสทางการศึกษาของลูก เพราะใกล้ที่เรียนพิเศษมากมาย หาซื้อตำราหรือตำราประกอบการเรียนได้ง่ายกว่า

เมื่อลูกสอบติดโรงเรียนมัธยมที่มีชื่อเสียง ภรรยาของเขาถึงกับต้องย้ายไปทำงานที่สำนักงานใหญ่ของบริษัทในกรุงเทพมหานคร และไปอยู่ที่บ้านของพ่อสามี เพื่อให้ตัวเองมีโอกาสได้ดูแลลูก จำใจต้องละทิ้งโอกาสในการเติบโตในสายงานและสูญเสียรายได้ส่วนของเงินเพื่อต่างจังหวัดไปด้วย การนึกเอื่อยขึ้นในวันนั้นว่า

“ดีๆ พ่อผมจะได้ไม่เหงา ตั้งแต่น้องสาวคนเล็กแต่งงานออกเรือนไป พ่อก็ไม่ค่อยมีเพื่อนคุย นั่งเหงาอยู่คนเดียวในบ้านหลังใหญ่”

แม่ของการนิกรเสียไปตั้งแต่การนิกรเด็กๆ พ่อของเขามีลูกหลายคน แต่พ่อแต่งงานก็แยกบ้านไปหมด มีแต่เงินเดือนที่ลูกๆ ช่วยกันส่งให้พ่อใช้ไม่ขาดมือ เมื่อหลานและสะใภ้จะมาอยู่ด้วย พ่อของการนิกรจึงดีใจมาก

การนิกรจึงต้องอยู่บ้านที่ศรีราชาคนเดียว ทุกวันหยุดเสาร์อาทิตย์ เขาจะมาหาลูกที่บ้านของคุณพ่อ โดยขับรถเข้ามาตั้งแต่วันศุกร์ตอนเย็น และค่อยกลับไปทำงานในวันจันทร์ตอนเช้า เพื่อมาส่งลูกเรียนพิเศษในวันเสาร์อาทิตย์ เพื่อลูกเขาทำได้เสมอ

วันนี้เป็นบ่ายวันเสาร์ กิจวัตรของเขาก็คือส่งลูกไปเรียนพิเศษสามแห่ง เข้าหนึ่งแห่งและบ่ายสองแห่งที่สยามสแควร์ และตอนค่ำการนิกรก็จะพาลูกไปกินอาหารดีๆ หนึ่งมื้อ แล้วแต่ที่ลูกอยากจะไป เสาร์นี้ก็เช่นกัน ขณะที่เขารอลูกเรียนพิเศษ เขาก็เดินไปดูหนังสือในศูนย์หนังสือ ที่อยู่ไม่ไกลจากสถาบันกวดวิชาที่ลูกเรียนอยู่เท่าใดนักอีก ๒ อาทิตย์ข้างหน้า ลูกของเขาก็จะได้มีโอกาสทำหน้าที่เป็นตัวแทนโรงเรียน ในการตอบปัญหาธรรมะที่วัดแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร วันนี้เขาจึงต้องไปหาหนังสือธรรมะ ตามเนื้อหาที่ลูกต้องใช้สอบ ศูนย์หนังสือใหญ่ในกรุงเทพฯ มีหนังสือมากมาย เขามาที่นี้บ่อยครั้ง แต่ไม่เคยอย่างกรายเข้ามาเยี่ยมชมในพื้นที่ขายหนังสือธรรมะสักเท่าใด ส่วนใหญ่จะไปดูคู่มือเตรียมสอบต่างๆ ให้ลูกเสมอ เขาไม่เคยเสียดาเงินเลย ถ้าเป็นเรื่องการลงทุนทางด้านวิชาการให้กับลูก เพราะอนาคตที่สดใสของลูกเป็นความหวังอันสูงสุดของเขา เขาเคยบอกภรรยาว่า

“ความหวังอันสูงสุดของผม คือ การส่งเสริมสนับสนุนลูกของเราให้ได้รับโอกาสในการประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างสูงสุดเท่าที่ลูกจะทำได้ จะหมดจะเปลืองเท่าไรไม่ต่างกัน”

ในมุมหนังสือธรรมะของศูนย์หนังสือแห่งนั้น มีคนไม่มากนัก มุมอื่น เช่น เตรียมสอบ นวนิยาย ทำอาหาร สัตว์เลี้ยง ต้นไม้ ทองเที่ยว มีคนมากมายกว่าเสมอ ที่มุมหนังสือธรรมะ การนิกรพบกับคนรู้จักในแวดวงงานคนหนึ่ง คือ คุณย่ำคำเจ้าของบริษัทรับจ้างผลิตชิ้นงานโลหะตามแบบที่ลูกค้าต้องการ รวมถึงอะไหล่เครื่องจักรที่ชำรุดตามแบบ การนิกรต้องติดต่อประสานงานกับคุณย่ำคำอยู่เนืองๆ คุณย่ำคำเปิด

บริษัท แว่ย่านบางพลี การนิกรู้จักคุณย่าคำโดยการแนะนำของวิศวกรฝ่ายขายของบริษัทที่เข้ามาขายของให้คนหนึ่ง เป็นผู้แนะนำให้รู้จัก

ตอนนั้นบริษัทของการนิกรู้กำลังต้องการสั่งทำชิ้นงานพิเศษจำนวนมาก บริษัทอื่นที่เคยสั่งทำคิดราคาแพงมาก คุณย่าคำ เจ้าของบริษัทใหม่ถูกเชิญมาดูแบบ คุณย่าคำสามารถรับงานนี้ได้ด้วยราคาที่ถูกลงกว่าเจ้าอื่นถึง ๔๐ % แล้วชิ้นงานชิ้นหนึ่งก็ถูกทำเป็นตัวอย่างมาทดลองใช้ก่อน เมื่อพบว่าใช้ได้ดี จึงมีการสั่งจำนวนมากตามมา

“สวัสดีครับ คุณย่าคำ” การนิกรู้ทักทายขึ้นอย่างคุ้นเคย

“สวัสดีครับ” ย่าคำตอบ

“ไม่นึกเลยว่าจะเจอพี่ที่นี่ พี่มาที่นี้บ่อยไหมครับ” การนิกรู้ถาม

“พอดีวันนี้เข้ากรุงเทพฯ พาแม่มาปฏิบัติธรรมที่วัดในกรุงเทพฯ กว่าจะเสร็จคงเย็น เลยลองมาดูหนังสือเกี่ยวกับวิศวกรรมโรงงานเล่มใหม่ๆ ที่นี้ ว่าจะดูพวก CD ธรรมะไปให้แม่ผมฟังด้วย” ย่าคำตอบ

จากที่เคยคุยกัน พบว่าพี่ย่าคำยังไม่มีครอบครัว แม้มียู่มากกว่าการนิกรู้ ๒-๓ ปี

“คุณนิกรู้ทำอะไร มาหาซื้อหนังสือธรรมะเหรอครับ” ย่าคำเป็นฝ่ายถามบ้าง

“ใช่ครับ ลูกผมจะสอบแข่งขันตอบปัญหาธรรมะในอีก ๒ อาทิตย์ ผมเลยจะมาหาหนังสือให้แกอ่านเตรียมตัว” การนิกรู้ตอบ

ย่าคำ เจ้าของโรงงานนอกจากมีความรู้ด้านผลิตชิ้นงานโลหะดีแล้ว ยังสามารถแนะนำหนังสือธรรมะดีๆ ของเด็กที่จะใช้สอบอีกด้วย ย่าคำออกเงินค่าหนังสือให้ทั้งหมด แล้วเดินออกจากศูนย์หนังสือ

“แม่พี่ปฏิบัติธรรมที่ไหนเหรอครับ”

“วัดมหาธาตุ สนามหลวงครับ ผมจองรถไว้ที่สนามหลวงแล้วนั่งรถเมล์มา”

“โห เสียให้เยอะ พี่เนี่ยจะนั่งรถเมล์”

“ผมไม่ค่อยชอบขับรถนะครับ แต่ถ้าพาแม่มาด้วย จึงค่อยเอารถมาใช้ ธรรมดาแม่ผมเขานั่งภาวนาที่วัดโศการาม ปากน้ำนะครับ แต่วันนี้ เพื่อนๆ แม่อยากมาวัดพระแก้ว แล้วก็ลองไปนั่งสมาธิที่วัดมหาธาตุ เข้านี้ผมเลยพาแม่และเพื่อนๆ ไปเที่ยววัดพระแก้ว พอเที่ยงไปส่งแม่กับเพื่อนแม่ที่วัดมหาธาตุเสร็จ คิดว่ายังมีเวลา เลยแวะมาดูหนังสือที่นี้ก่อน แล้วค่อยกลับไปเอารถรับแม่และเพื่อนๆ กลับบ้าน ตอนนี้เศรษฐกิจไม่ดี ผมลดการทำงานในวันเสาร์และอาทิตย์ตอนเย็นทั้งหมดแล้ว เลยได้หยุดอาทิตย์ละ ๒ วัน อีกหน่อยอาจหยุดเพิ่ม ตอนนี้องค์กรงานลูกค้าผมชะลอการผลิตกันหมดเลยครับ” ย้ำคำตอบ

“ใช่ที่ โรงงานผมที่แหลมฉบัง ยังสั่งปิดเทอมแล้วเลย ๒ อาทิตย์” การนิคมเสริมขึ้น เขามองนาฬิกา เห็นว่าเป็นเวลาบ่ายสามโมงครึ่งแล้ว

“เดี๋ยวผมคงต้องไปรับลูกชายที่โรงเรียนกวดวิชาแล้วครับ เดี่ยว ๔ โมง มีเรียนอีกทีหนึ่ง”

“ผมคงต้องรีบกลับไปรับแม่เหมือนกัน จอดรถไว้ที่สนามหลวง”

ย่ำคำเรียกรถมอเตอร์ไซด์รับจ้าง ว่าจ้างให้ไปส่งที่สนามหลวง

การนิคมไม่นึกว่าเสียใหญ่จะมีชีวิตเรียบง่ายขนาดนี้

---

เดือนต่อมา

ความตายเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอนว่าจะมาเยือนเราเมื่อไหร่ เพื่อนสมัยเรียนของการนิคมเสียชีวิตจากอุบัติเหตุขณะขับรถ เพื่อนของเขาจะรักษาสภาพดีเยี่ยม เหล้าไม่ดื่ม บุหรี่ไม่สูบ กลางคืนไม่เที่ยว แต่โชคร้ายถูกป้ายบอกทางขนาดใหญ่ พังลงมาฟาดรถที่เขา กำลังขับมาด้วยความเร็วไม่สูงนัก เสียชีวิตคาที่ ถนนเส้นนั้นเป็นเส้นเดียวกับที่การนิคมใช้เดินทางไปกลับศรีราชาทุกสุดสัปดาห์ สาเหตุที่ทำให้ป้ายพังตกลงมาคือ มีคนเห็นแก่ได้ถอดแป้นเกลียวยึดป้ายไปขาย ทำให้ป้ายไม่ได้ถูกยึดกับฐานอย่าง

แข็งแกร่งอย่างที่ควรเป็น โคลงเคลง รอเวลาพังลงมาฟาดรถของคนเคราะห์ร้ายที่ผ่านไปมา และเพื่อนของการนิคเป็นผู้โชคร้าย

“ช่วยก๊วชนหลักกิโลอีก หลักกิโลมีกิโลละแท่ง แต่ป้ายใหญ่นี้มีไม่มาก แถมไม่ต้องประมาณขับไปชน มันลงมาฟาดเองให้เสร็จ เพื่อนเราช่วยจริงๆ” เพื่อนๆ ของการนิคคุยกันในวันลอยอังคารเพื่อนที่โชคร้ายบนเรือรับจ้างที่ปากอ่าวไทย วันนั้นตรงกับวันอาทิตย์ การนิคจึงร่วมไว้อาลัยเพื่อนรักเป็นครั้งสุดท้าย

ซากลับ การนิคออกจากปากน้ำกลับศรีราชาเลย เพื่อไปทำงานในวันรุ่งขึ้นมีเวลาเหลือ เขาเลยขับรถไปตามถนนสุขุมวิทสายเก่า นี่เพิ่งบ่ายโมงกว่า การนิคไม่รีบนัก เลยคิดจอดรถหาวัดทำบุญให้เพื่อน การนิคเลือกแวะไปยังวัดอโศการามที่ไม่ห่างจากปากน้ำนัก คงเป็นความบังเอิญบางอย่างที่ทำให้เขามาใกล้วัดนี้ เพื่อมาเจอใครบางคนอีกครั้ง

เขาพบกับพี่ย่าคำอีกครั้ง และจำได้ว่าพี่ย่าคำเคยบอกว่า แม่ของพี่เขามานั่งปฏิบัติธรรมที่นี่ พี่ย่าคำกำลังสาละวนกับการล้างจานชามจำนวนมากในงานของวัด แกล้งมือทำเองด้วย พร้อมกับลูกน้องที่ใส่เสื้อยืดสกรีนตราบริษัทอย่างชัดเจน การนิคถามจากลูกน้อง จึงทราบว่าวันนี้แม่ของพี่ย่าคำมาเปิดโรงทาน แจกกล้วยเดี่ยวให้กับผู้ที่มาปฏิบัติธรรม

ป้ายสองร้านกล้วยเดี่ยวเล็ก พี่ย่าคำควักเงินจ่ายค่าแรงคนงานในโรงงานของแก ที่แกว่าจ้างมาช่วยทำงานแจกกล้วยเดี่ยวเป็นทาน

เมื่อทุกอย่างเรียบร้อย การนิคจึงเดินเข้าไปทักทายย่าคำ

“สวัสดีครับพี่”

“อ้าว คุณนิค ไหงมาที่นี่ได้ละ”

“ผมมาลอยอังคารเพื่อนที่เสียชีวิตจากอุบัติเหตุ นะครับ ขาวดังๆ เมื่ออาทิตย์ที่แล้ว เรื่องป้ายพังใส่รถนั่นไงครับ คนตายเป็นเพื่อนผมสมัยเรียนมหาวิทยาลัย เลยแวะมาวัดนี้ ที่จะทำบุญสักหน่อยนะครับ”

“แอบเห็นพี่ลงมือล้างชามเองเลยนะครั้นวันนี้” การนิกรเอยด้วยความชื่นชม

“ครับ มาทำบุญนะ แม่ผมเขาก็อยากทำทานแจก ผมก็ต้องจัดให้หน่อย ผมมันคนไม่มีลูกมีเมีย ก็เลยมีโอกาสได้ดูแลแม่ดีเป็นพิเศษ เห็นแม่แก้อย่างมีความสุขในการแจกทานผมก็ภูมิใจไปด้วย” ย่ำคำตอบ

การนิกรนึกถึงพ่อของตัวเอง แล้วละอายใจ จึงพูดว่า

“ผมเห็นพี่ดูแลแม่แล้ว ผมอายเลย ทั้งพาแม่ไปปฏิบัติธรรม พาไปเที่ยว พาทำบุญ โดยขับรถรับส่ง ผมเหลือแต่พ่อ แต่ผมไม่เคยดูแลท่านอย่างที่ท่านทำเลย พอมีภรรยา ก็แยกบ้านออกมา พอมีลูกก็ห่วงลูก แถมตอนนี้ยังเอาลูกชายไปให้เป็นภาระพ่อต้องดูแลอีก”

“พี่คิดจะแต่งงานใหม่ครับ” การนิกรถาม

“อายุ ๔๕ แล้ว ไม่ต้องหาแล้วมั้งครับ อยู่แบบนี้ก็สบายดี ผมก็เคยมีคนรักเหมือนกัน แต่ทำทางจะเข้ากับแม่ผมไม่ได้ ผมเลยต้องตั้งใจเลือกแม่ ตอนนั้นคนรักเก่าของผม เขาก็แต่งงานมีลูกโตขนาดลูกของคุณนิกรแล้วละ ผมเคยไปเห็นเขากับสามีและลูกเป็นครอบครัวที่อบอุ่น ผมก็สะเทือนใจ เพราะก็ยังรัก ยังหวง ยังอยากครอบครอง” ย่ำคำเล่าให้ฟัง

“ความรักครั้งแรกซึ่ครับพี่ ตอนนี้นั้นขนาดผมมีลูกแล้ว รักครั้งแรกของผมยังฝังใจอยู่เลย ยังเคยหลับฝันถึงแฟนคนแรกของผมด้วย” การนิกรตอบ

“พี่ไม่หาใหม่ล่ะครับ กิจการของพี่จะได้มีคนสืบทอด” การนิกรเสนอแนะ

“ตอนนี้ผมเลยเปลี่ยนเป้าหมายใหม่ในชีวิต ผมมานั่งคิดๆ ดู มีลูก ผมก็คงต้องรัก ห่วง หวัง เลี้ยงอย่างดี เสียเวลาในชีวิตไปมากมาย จนอาจไม่ได้ดูแลแม่ แม่ผมลำบากมาเยอะนะครับ พ่อเสียไปตั้งแต่ผมยังเด็ก พี่น้องหลายคน พอแต่งงานก็แยกบ้านไป เหลือผมคนเดียว” ย่ำคำเล่าให้ฟัง

การนิกรฟังไป พยายามคิดถึงพ่อตัวเอง ก็ลำบากส่งลูกเรียนเหมือนกัน จำวันที่เขาสอบติดคณะวิศวกรรมศาสตร์ และต้องใช้เงินลงทะเลเบียน พ่อของเขาถึงกับต้อง

จําพาพระองค์ที่รักที่สุด เพื่อให้การนิกมีเงินในการลงทะเบียนและซื้อหนังสือเรียน และเครื่องคิดเลขแบบวิทยาศาสตร์อีกเครื่องหนึ่ง

ยําคํ่า เล่าต่อไปว่า

“ผมเคยพบกับลุงม้คนายกคนหนึ่ง ที่เปลี่ยนแปลงความคิดผมไปว่า การมีครอบครัวเป็นความทุกข์ ผู้หญิงนั้นต้องมองอย่างมีสติ อย่าลุ่มหลง หลีกห่างเป็นดี อย่าไปพบ อย่าไปพูดคุย อย่าไปสัมผัส จะได้ก้าวหน้าในทางปฏิบัติธรรม ห่างทุกข์ในชาตินี้ หรือ อาจจะสิ้นทุกข์ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดใช้กรรมอีก พอผมเริ่มศึกษา ก็เห็นจริงดังล่งว่าไว้ ว่าชีวิตเป็นทุกข์อย่างยิ่ง การมีทรัพย์มาก เป็นทุกข์อย่างยิ่ง และกิเลสเป็นสิ่งที่สลัดออกได้ยาก เราต้องฉลาดพอ จึงจะรู้เท่าทัน และไม่ตกอยู่ในวังทุกข์”

ทั้งสองคนเดินไปคุยไป บนทางเดินชมธรรมชาติ ป่าชายเลน หลังวัดด้านที่ติดทะเลอ่าวไทย ยําคํ่าพูดขึ้นว่า

“ความหวังอันสูงสุดของผมในชีวิตนี้ก็คือ การส่งแม่ของผมให้เข้าใกล้ทางธรรมให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ โดยสนับสนุนแม่ทุกทาง เพื่อไม่ให้ติดขัดในการคิดจะปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา จะหมดจะเปลืองเท่าไร ไม่ว่ากัน”

“ผมไม่ยกราอแสดงความกตัญญูกับท่านตอนท่านจากไปแล้ว แบบที่เคยเห็นบ้านอื่นทำกัน ตอนพ่อแม่อู่จะกินอะไร ก็ไม่ค่อยซื้อไปให้ รอจนพ่อแม่ตาย ของไหว้เต็มโต๊ะ เพื่อเป็นการแสดงความกตัญญูในงานศพ”

“ความคิดที่ดีจริงๆ ครับ คงมาจากการที่ฟิปฏิบัติธรรม”

“ผมไม่ค่อยบอกใครหรอกว่า ผมปฏิบัติธรรม เพราะรู้ว่าตัวเองยังมีส่วนไม่ดีอยู่ หากพลาดพลั้งแสดงสิ่งที่ไม่สมควรออกไป อาจจะมีคนค่อนแคะ โจมตีว่านี่หรือคนปฏิบัติธรรม”

แดดไม่ร้อน ทั้งสองมาถึงสุดทางเดิน เจอแนวเขื่อนกันน้ำทะเล แล้วพากันนั่งลง หันหน้าไปทางทะเล การนิกพูดขึ้นว่า



“แต่ก่อนผมก็ไม่ค่อยสนใจหรอก เรื่องธรรมะเนี่ย พี่อาจโชคดีที่พบคนชี้ทางที่ดี เป็นแบบอย่างที่ดี ผมอยากได้คนแนะนำทางดีๆ บ้าง และนี่ก็ถึงพี่เป็นคนแรกเลย ตั้งแต่คุยกับพี่ที่ศูนย์หนังสือคราวนั้น ผมก็ได้รู้ว่า ผมดูแลพ่อน้อยไป ใส่ใจแต่กับลูก”

“คุณนิกอย่ายึดตัวบุคคลเลย ผมก็เชื่อว่าจะดี ไม่นานปีหน้า ผมอาจจะเปลี่ยนใจ ไปแต่งงานก็ได้ กระแสกิเลสมันเขี้ยวกรากรุนแรง หากเราปล่อยแป๊บเดียว วิวาห์ ในอากาศ อาจถูกสร้างมากมาย พร้อมให้เหตุผลในการแต่งงาน อย่างพร้อมสรรพ ดูสวยๆ สมัยนี้สี แต่งตัวกันทั้งสั้นทั้งโป๊ ถ้าไม่สำรวมตา สำรวมความคิด ความ พึงชำนก็เกิด พลาดพลั้งได้ง่ายๆ”

ย่ำคำตอบ แล้วพูดต่อไปว่า

“ขนาดลุงม้านายที่เปลี่ยนความคิดในชีวิตผม ตอนนี้อย่างไปแต่งงานกับแม่ค้าขาย ข้าวโพดต้มในงานวัดแล้วเลย ดูลิ อันตรายขนาดไหน ขนาดลุงแกเพิ่งศพทุกวัน พอ เจอบุพเพสันนิวาสเล่นงานเข้า ก็เปลี่ยนใจ ไปช่วยขายข้าวโพดต้มเสียแล้ว ข้าร้าย หนักกว่านั้น ตอนนี่แกไปซื้อที่ดินติดสำนักสงฆ์แห่งหนึ่ง ยังมีกรณีพิพาทกับพระเรื่อง หลักเขตที่ดินเลย ไม่น่าเชื่อว่าแกจะเปลี่ยนไปได้ขนาดนั้น เคยชักชวนคนให้ศรัทธา ในศาสนา ชวนคนทำบุญซื้อที่ดินถวายวัด ขายข้าวโพดต้มพักเดียวเปลี่ยนไปเลย”

“คุณนิกยึดครูบาอาจารย์สายพระป่า หรือพระธรรมเป็นหลักดีกว่า อย่าไปยึด ตัวบุคคล แต่ถ้าคุณนิกจะมาเป็นสหายธรรมกับผม ผมก็ยินดี”

๕ โมงเย็นแล้ว

“อาหยงคิม เอ๊ย อ้าวไอตังไหลเลี้ยว”หยงคิม แม่จะกลับบ้านแล้ว แม่ของพี่ย่า คำเดินมาเรียก

การนิกยกมือไหว้คุณแม่ของพี่ย่าคำ รู้สีกว่าคุณแม่ของพี่ย่าคำเป็นผู้หญิงที่โชคดีกว่าหญิงชราหลายคนในวัยเดียวกัน

-หญิงชราที่โชคดีเธอ? - การนิกทบทวนความคิดในใจ

ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป การนิกรจะเอาพีย่ำค่าเป็นแบบอย่างสร้างพ่อของเขาให้เป็น “ชายชราที่โชคดี” อีก ๑ คน

การนิกรเปลี่ยนใจ ไม่กลับศรัทธาแล้ว แวะตลาดปากน้ำ แวะซื้ออาหารทะเล ชุดใหญ่ที่พ่อเคยบ่นอยากทาน จะซื้อตั้งหลายครั้ง เพิ่งได้ซื้อวันนี้เอง วันๆ คิดถึงแต่ลูก เมื่อเสร็จแล้วก็เตรียมมุ่งหน้ากลับบ้านพ่อที่กรุงเทพฯ รู้สึกละอายที่ละเลยพ่อนาน มัวแต่สนใจลูก



โทรศัพท์การนิกรตกอยู่ในรถตั้งแต่บ่าย การนิกรจึงขาดการติดต่อจากคนอื่น เมื่อหยิบมาดูจึงพบว่ามีการเรียกเข้าเป็น ๑๐ ครั้งจากภรรยาของเขา พ่อจะโทรออกแต่ๆ ก็หมดพอดี เขาไม่ได้สนใจอะไร ในหัวของเขา มีแต่พ่อๆ วันนี้เขาอยากไปหาพ่อเป็นพิเศษ

รถติดไฟแดง การนิกรหยิบเครื่องคิดเลขเก่าๆ ยี่ห้อ Casio แบบมีฟังก์ชันทางวิทยาศาสตร์ ออกจากช่องเก็บของหน้ารถออกมาดู นี่เป็นสิ่งหนึ่งที่แลกมาจากพระเครื่องบนคอพ่อที่พ่อคล้องมาตั้งแต่หนุ่มๆ เป็นอุปกรณ์ที่พาเขาผ่านการสอบหลายครั้ง จนมันเก่า และทำให้เขามีวันนี้ เขาดีใจที่มันยังอยู่

นึกถึงวันนั้น

พ่อเอาพระเครื่ององค์นั้น ออกมาจบเป็นครั้งสุดท้าย อารธนาไปอยู่กับเสียเพื่อน พ่อเพื่อเอาเงินมาส่งลูกเรียน พ่อของเขາบอกว่า

“ไม่เป็นไรว่า พระองค์นี้แค่ไปฝากเสียฮวดเพื่อนพ่อไว้ อยากได้เมื่อไรก็ค่อยไปไถ่ถอน เสียแก่ไม่ขายคนอื่นต่อหรอก แกรู้ว่าพ่อรักพระเครื่ององค์นี้มาก”

การนิกรสัญญากับพ่อต่อหน้าเสียฮวด ว่า

“เมื่อผมเรียนจบ มีงานทำเมื่อไร ผมจะไปไถ่ถอนพระองค์นั้นออกมาเอง” แต่ตอนนี้ ๒๐ กว่าปีผ่านไป เขายังไม่ได้ทำ

กลับถึงบ้านประมาณ ๑ หุ่ม พบรถยนต์ของพี่ๆ น้องๆ ของเขาทุกคนจอดอยู่เต็มจนล้นออกมาถึงถนนหน้าบ้าน เมื่อเข้าไปในบ้าน จึงได้รู้ข่าวร้ายว่า พ่อของเขาได้จากเขาไปแล้ว เขาไม่มีโอกาสสร้างผู้ชายที่โชคดีย่างที่เขาคิดไว้อีกแล้ว

พระเครื่องของพ่อถูกไถถอนมาแล้วจากกรุส่วนตัวของเสียฮวด มาวางบนพานหน้าโลงศพพ่อ เสียฮวดเพื่อนพ่อเป็นคนดีจริงๆ คิดราคาเท่ากับที่ พ่อเอาเงินไป ไม่บวกดอกเบี้ยย หรือเงินเพื่อเป็นเวลา ๒๐ ปี ถ้าปล่อยให้เขาในราคาตลาด ราคาคงไม่ต่ำกว่า ๒ แสน ตอนนั้นพ่อเอาไปวางไว้ همینเดี๋ยว เสียฮวดก็รับเงินไป همینเดี๋ยว แม้ว่า همینเดี๋ยววันนั้นกับวันนี้ จะมีค่าต่างกันมากตามแนวคิดค่าของเงินตามเวลา

“กุสัณญากับพ่อมิ่งไว้ว่าไม่มีดอกก็ต้องรักษาสัญญาสิวะ ส่วนมึงคงทำตามสัญญาเข้าไป ตั้งแต่มึงเรียนจบ พ่อมิ่งเลี้ยงข้าวกุประจำเลย บอกว่าส่งดอกไปพลางๆ กุจะให้พ่อมิ่งคินตั้งหลายครั้ง พ่อมิ่งบอกกุว่า มึงสัญญากับเขาไว้ว่า จะมาไถถอนเอง กุไม่เห็นมึงจะมาสักที รอจนพ่อมิ่งตายแล้วถึงจะ निकออก”

อาหารมากมายล้วนแต่เป็นอาหารที่พ่อชอบทั้งนั้น วางเป็นเครื่องเช่นไหว้วินญาณ พ่ออยู่ที่หน้าโต๊ะประกอบพิธี ตามประเพณีจีน ดอกไม้อย่างดีสีขาว วางประดับหน้าศพเพื่อเป็นการไว้อาลัย พ่อของการนิกจะได้กินหรือไม่เขาไม่อาจรู้ได้ การนิกสบตาพ่อในรูป รู้สึกสลดใจ ต่อไปนี้เขาไม่มีพ่ออีกแล้ว

ถ้าพ่อของการนิกยังอยู่ วันนี้นคงเป็นวันที่พ่อมีความสุขมาก ลูกหลานมากมายมาอยู่กันพร้อมหน้า อาหารมากมายถูกนำมาจัดวางไว้ต่อหน้าร่างที่นอนนิ่งสนทอยู่ในโลงนั้นเอง

สารบัญ <

รัก พ.ศ. ๑๐๐

โดย วิลาศินี

(เริ่มลงตั้งแต่ฉบับที่ ๔๖ <http://dungtrin.com/mag/?46.fiction>)

## บทที่สี่

เวลาพลบค่ำภายในเขตพระราชวัง

พระชนกและชนนีเข้าไปลอบอยู่ไม่นาน จันทราวดีจึงพระทัยอ่อน ด้วยข้อต่อรองของวณิพกพเนจรที่ทูลขอแก่องค์ราชานั้न्दูอาจเอื้อมเหมือนกระต่ายหมายจันทร์ แต่แท้จริงโง่เขลานั้น พระราชาเข้าไปตรัสแก่จันทราวดีว่าเพียงรับปากให้เขาอยู่ร่วมที่ประทับเท่านั้น มิได้ให้เข้าไปจนใกล้ชิดสักหน่อย ว่าแล้วก็เรียกบาทจารีมาช่วยกางม่านกัน บอกขอทานว่าพระจิตาประทับอยู่หลังม่าน อยู่ร่วมห้องได้แต่มิได้รับอนุญาตให้ล่วงล้ำเขตม่านกันภายใน

ฝ่ายพระมเหสีรู้สึกเห็นใจขอทานเนื้อตัวสกปรก แม้แต่ทหารหรือนางกำนัลในยังรังเกียจ จันทราวดีนั้นไม่แม้แต่จะขายตามอง ก่อนเหนือหัวจะรับสั่งให้พาเข้าห้องบรรทม องค์กรชินจึงให้มหาดเล็กพาไปชำระล้างร่างกายเสียก่อน ครั้นพอชำระล้างและแต่งกายเสียใหม่ พระมเหสีมองผ่านพระบัญชรออกไปเห็นชายหนุ่มที่เพิ่งจะก้าวเข้าห้องบรรทมไม่ถนัดนัก เฟ่งพระเนตรดูให้ชัดจึงอุทานเรียกหาพระราชาไม่พ้นเสียง

จันทราวดีหลบอยู่หลังม่าน ได้ยินเสียงปิดประตูของคนแปลกหน้า ก็กลืนพระทัยนั่งนิ่งไม่ยอมตรัสคำใด ที่น่าแปลกใจกว่าคือบุรุษผู้เข้ามาก็เพียงถวายบังคมแล้วไม่กล่าวคำใดเช่นกัน ต่างฝ่ายต่างเห็นเพียงเงาของกันและกันโดยมีม่านกันและความเงียบปกคลุมอยู่รายรอบ

พากันนั่งอยู่ครึ่งชั่วยามจันทราวดีเป็นฝ่ายอดรนทนไม่ไหว

“เจ้าเป็นโง่หรือ เจ้าขอทาน”

“เปล่านี้พระเจ้าข้า”

เสียงนั้นเหมือนดังมาจากที่ไกลแสนไกล พระธิดาสดับฟังไม่ถนัดนัก

“เช่นนั้นเราขอลาเจ้า ว่าเมื่อสุพรรณจงไปจนเก็บสังวาล์ได้กลางป่า เหตุใดไม่เรียกหาสมบัติแก้วแหวนเงินทอง นำเงินไปสร้างเนื้อสร้างตัวเสีย จะได้ไม่ต้องมาเป็นวิญญูอยู่อย่างนี้”

วิญญูได้ฟังแล้วนั่งนิ่งไปเหมือนล้งเลแล้วค่อยตอบด้วยน้ำเสียงเหมือนยัมยั่ว

“กระหม่อมไม่ทันคิดพะยะค่ะ”

“เช่นนั้นเราจะช่วยเจ้าคิดเสียใหม่ เจ้าอยากได้แก้วแหวนเงินทองเท่าใดก็บอกมา เรายินให้เจ้ามากพอจะใช้ได้ตลอดชีวิตของเจ้า ถ้าวางเราขอซื้อสังวาล์เส้นนี้ ดีไหม”

หลังมานั้น เจ้าหญิงเหมือนได้ยินเสียงขอทานหัวเราะแว่วอยู่ในลำคอก่อนตอบ

“ไม่ต้องหรอกพะยะค่ะ ขอเพียงได้ยลโฉมพระธิดาใกล้ๆ ก็โกฎีกาหาพระกระหม่อมก็ได้ถวิลหา”

สดับเสียงตอบเป็นคำราชาศัพท์ที่ขัดถ้อย หน้าที่ยังมีร่องรอยยียวนอยู่ในที่ น้ำเสียงที่ได้ยินก็คุ้นหูนัก เจ้าหญิงล้งเลแล้วตรัสถามอย่างระแวงระว่างกว่าเดิม

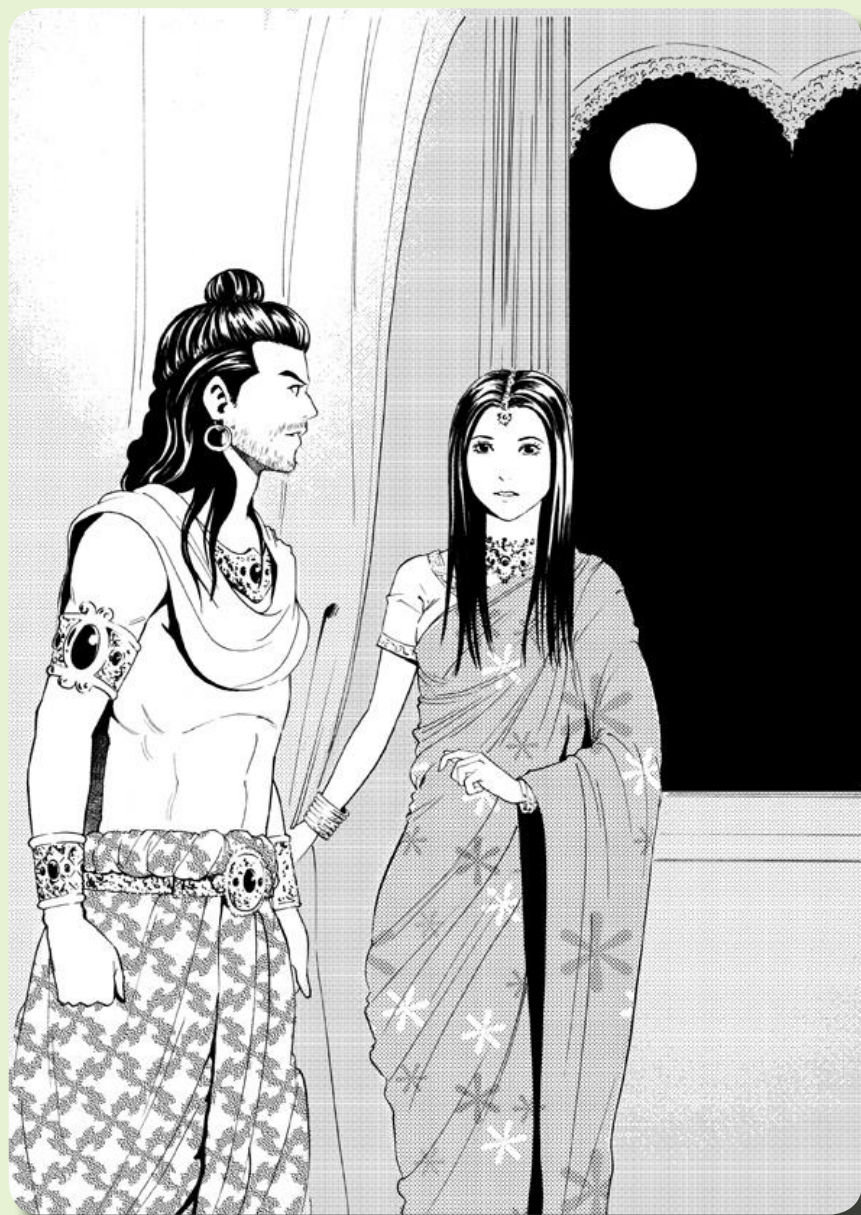
“แล้วเหตุใดจึงอยากเห็นหน้าเรานัก”

“คนที่กระหม่อมรักหายตัวไปกลางป่า กระหม่อมมาดภาพของนางเอาไว้อ ใครเห็นก็พากันบอกว่า นางหน้าตาคล้ายกับพระธิดาไม่มีผิดพระเจ้าข้า”

“แล้วคนรักของเจ้าชื่ออะไร...”

“ชื่อวดีพะยะค่ะ”

ประโยคเดียวก็ทำให้พระธิดาทรงชงัก ตรชนกแล้วว่าถูกลองพระทัยบ้าง จันทราวดีพินิจมองร่างนั้นผ่านงามานไม่ถนัด จึงเอื้อมพระหัตถ์ปลดเชือกที่คล้องผ้าแพรออก เผยพระพักตร์งามเด่นแข่งแสงจันทร์ที่เริ่มหลบเร้นไปอยู่หลังเงาไม้



“แล้วเราใช้ดีของเจ้าหรือไม่”

พระเนตรงามสบกับแววตาคมกล้า อาการของวณิพกก็มีอาจบดบังความงามสง่าของเจ้าชาย เทวรินทร์วรรณต์ถอนพระทัยแล้วตรัสเรียบ

“หามิได้พะย่ะค่ะ...”

“นางเป็นเพียงสาวชาวป่า กระหม่อมมาเพียงเพื่อได้เห็นเงาเมื่อยามเธอเป็นเจ้าหญิง ไกลแค่ไหนเสียงเมื่อยามเธออยู่ในฐานันดรที่สูงศักดิ์...”

‘หากเลือกได้ เจ้าจะเลือกเป็นใคร วดี’

คำถามที่องค์ชายถามหญิงสาวชาวดินในกระโจมกลางป่าดังขึ้นอีกครั้ง เพียงแต่ในเวลานี้สลับฐานันดรกลับข้าง

หน้าต่ามีหู ประตุมีช่อง นางกำนัลหน้าห้องแอบมองลอดทวารของห้องบรรทม ได้ยินเสียงสนทนาในนั้นไม่ถนัดนัก แต่ภาพที่ประจักษ์คือวณิพกเข้าไปโอบกอดพระธิดาเอาไว้ ฝ่ายจันทร์ราวดีก็ขบพระปรางลงกรรแสงกับไหล่กว้าง

นางกำนัลก็รีบถลาไปลั่นระฆังเรียกทหารร้องว่า ‘เจ้ายาจกล่วงเกินพระธิดา’ เสียฉันทันที เมื่อทหารกรูกันเข้ามาล้อมไว้ พระราชากับราชินีก็เสด็จเข้ามาทันเวลา ก่อนทหารทั้งหลายจะเจ้ออาวุธฟาดฟันเจ้ายาจกทั้งที่มีพระธิดาออกมายืนขวางหน้าไว้

## บทที่ห้า

เวลาเดียวกัน หน้าอุโบสถมหาวิหารบุพพาราม

ก่อนเข้าพิธีอุโบสถ ภาวินีและศรีรามทำความรู้จักกับญาติธรรมที่พบปะกันตั้งแต่บริเวณหน้าประตูมหาวิหาร

“พี่สาวท่านนี้มีนามว่า ปารตี เป็นชาวกุรุ พี่ปารตี พี่ชายท่านนี้มีนามว่าศรีราม มาจากแคว้นมคธเจ้าค่ะ”

“นมัสเต น้องชายผู้มีนามว่าศรีราม ขณะนี้ท่านเจริญสติปัฏฐานข้อใดอยู่หรือ”

ศรีรามประนมมือไหว้ ได้ยินคำทักทายแล้วยิ้มขึ้น แต่หันไปเห็นสายตารอคำตอบของสองอุบาสิกาจึงรีบตอบ

“กระผมเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานข้อรับ”

ปารตีได้ฟังก็ยิ้มกว้าง ภาวินีพาศรีรามขอตัวเดินเข้าไปด้านในต่อ

“เมื่อครู่นี้กว่าพี่ศรีรามจะไม่ตอบอะไรเสียแล้ว” ภาวินีปรารภ

“ทำไมหรือข้อรับ”

“พี่ศรีรามไม่เคยได้ยินหรือว่าบริษัทสีในแคว้นกุรุ ต่างก็ประกอบเนื่อง ๆ ในการเจริญสติปัฏฐาน<sup>1</sup> แม้แต่คนรับใช้และคนงานทั้งหลาย ก็พูดกันแต่เรื่องที่เกี่ยวข้องด้วยสติปัฏฐานกันทั้งนั้น แม้แต่ในที่ที่น้ำ คนเลี้ยงโค คนกรอด้าย ก็ไม่มีใครพูดกันถึงเรื่องที่ไม่เกี่ยวข้องเลย เคยมีสตรีบางท่านถูกทักว่ากำลังเจริญสติปัฏฐานข้อใดแล้วนางไม่ตอบ ก็ถูกตำหนิไปทั่วเมืองว่ามีชีวิตอยู่เหมือนคนที่ตายไปแล้ว”

“เคยได้ยินมาว่าพระพุทธองค์แสดงธรรมเทศนาเรื่องสติปัฏฐานที่แคว้นกุรุเป็น

---

1 สติปัฏฐาน ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ, การมีสติรู้เท่าทันตามสภาวะด้วยความเป็นกลาง ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน, เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน, จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน, อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เรียกสั้นๆว่า กาย เวทนา จิต ธรรม



ที่แรกขอรับ แต่เรื่องถามแล้วต้องตอบนั้นฟังจะได้ทราบเมื่อครู ตอนที่แนะนำกระผม แก่พี่ปารตี ขณะจิตนั้นเหมือนน้องหญิงกำลังระลึกถึงมหาสติปัญฐานสูตร”

“เช่นนั้นที่ที่ตอบว่ากำลังเจริญจิตตานุปัสสนา ก็มีใช้กำลังส่งจิตมาพิจารณาจิต ของฉันอยู่หรือ”

“เปล่าขอรับ กระผมระลึกเพียงว่าจิตหวั่นไหวเมื่อ...เอ้อ...เมื่อถูกถาม”

ครั้งจะเลลยความในใจก็ไม่สามารถออกปากอีก ส่วนภาวณิแม้จะจับน้ำเสียง ขวยายได้ก็ยังไม่ประเด็นไปหาการภาวนา

“เช่นนั้นก็เจริญได้ถูกทาง ถ้าพี่ตอบว่ากำลังระลึกถึงสิ่งใดๆนอกกายใจ เมื่อนั้นก็ มีใช้การเจริญจิตตานุปัสสนา”

“แล้วถ้าถามน้องหญิงว่ากำลังเจริญสติปัญฐานข้อใดอยู่ละขอรับ”

“ฉันใช้กายานุปัสสนาเป็นวิหารธรรม แล้วบางครั้งก็เจริญไปทางเวทนาบ้าง จิตบ้าง ธรรมบ้าง ได้ทราบว่ามีศีรรามเจริญในจิตตานุปัสสนาก่อนานิดี”

“กระผมเป็นพวกชอบส่งจิตออกนอกขอรับ ไปรับรู้โน่นนี่มาตั้งแต่เด็ก พระเถระ ในมหาวิหารเวฬุวันเคยจับไปฝึกสมาธิอย่างไรก็ไม่ยอมอยู่หนึ่ง ท่านจึงสอนจิตตานุปัสสนาให้ ในระหว่างนั้นก็ได้รับใช้ใกล้ชิดพระเถรานุเถระทั้งหลาย เมื่อเชื้อพระวงศ์ มาประกอบราชพิธีในวิหาร จึงได้เป็นพระสหายกับเจ้าชายเทวินทร์ไปด้วย”

“อ้อ...”

หญิงสาวรำพึง เมื่อศีรรามกล่าวถึงเจ้าชายจึงนึกขึ้นได้

“พี่ศีรรามมาในครั้งนี้นักด้วยกิจของเจ้าชายกระมัง”

ศีรรามอ้าปากจะแก้ต่างว่าก็เพียงมาเป็นเพื่อนเจ้าชายเท่านั้น ครั้นองค์เทวินทร์ ขวนบุกเข้าวังไปด้วยก็ขอถอนตัวมาพบคนที่ตนถวิลหา ภาวณิกัดเสียก่อน

“พระเถระกำลังจะแสดงธรรมแล้ว เข้าไปในวิหารกันเถะจะ...”



ทวารของห้องบรรทมทั้งสองด้านสองข้างถูกเปิดออกพร้อมกัน เหล่าทหารยอบ  
กายลงต่ำแสดงการคารวะต่อเบื้องสูง

แม้รู้แน่ว่าผู้ก้าวล่วงเข้ามาใหม่คือพระบิดาและพระมารดา แต่จันทราวตียังตื่น  
ตระหนกในคมดาบของเหล่าทหาร ลักษณะการที่มีบุรุษถือดาบบุกรุกเข้ามาคล้ายคลึง  
กับการลอบสังหารบนยอดเขา พระธิดาองค์น้อยตกพระทัยจนลืมนึก เอื้อมหัตถ์ต่อ  
หัตถ์กระชับกับเจ้าชายแล้วเอาพระวรกายเข้าบังกัน

“บัดสินัก เจ้ายาจกล่วงเกินอะไรลูกข้า”

“หามิได้เพคะเสด็จพ่อ ชายหนุ่มผู้นี้เป็น...”

“เป็นเพียงวณิพกคนหนึ่งพระเจ้าข้า”

ยาจกรีบพูดแทรก

“จันทราวตี มาหาพ่อ”

คำสั่งองค์ราชา แต่พระธิดาน้อยกลับเพิกเฉย

“ที่แท้ ก็ลักลอบมอบสังวาลให้กับเจ้าวณิพกตั้งแต่ตอนแอบหนีไปร่วมงานสังคายนา  
ดาราตรีมิ ไหนว่าเจ้าส่งทหารไปคอยควบคุมลูกตลอดเวลา เหตุใดปล่อยให้ไปพลอด  
รักกับเจ้ายาจกได้”

“ผู้คนในคาราวานมีมากมาย อีกทั้งทหารยังต้องคอยซ่อนตัว มีบ้างที่หลุนทรอด  
สายตาเพคะ”

มเหสีตรัสตอบ องค์ราชาทอดถอนปัสสาสะ สายพระพักตร์

“ลูกทำให้พ่อผิดหวังนัก”

“เสด็จพ่อ...ฟังลูก...”

ไม่เปิดโอกาสให้ธิดาองค์น้อยได้แก้ต่าง องค์ราชาตรัสต่อ

“เมื่อฝึกไฝรักใคร่กับสามัญชน เจ้าก็ต้องยอมปลดเปลื้องตนเองเป็นสามัญชนด้วย  
พ่อคงมีอาจวางเจ้าไว้ในฐานะของพระธิดาได้อีก เมื่อสาย คนจากราชศฤห์ก็นำข่าวมา  
ว่าองค์เทวินทร์ขอสละราชบัลลังก์ให้กับเจ้าชายภัทรเสน ดังนั้นพิธีการอภิเษกสมรส  
ทุกอย่าง เป็นอันล้มเลิกหมด เจ้าก็ไม่มีพันธะอันใดในทางนั้น”

สิ้นพระดำรัส จันทราวดีหันไปเขม้นมององค์เทวรินทร์ในคราบวณิก พระเนตร  
สองดวงประสานกันแทนคำพูด

‘เป็นความจริง...?’

‘เป็นความจริง’

พระมารดาตรัสต่อ

“ว่าอย่างไรดี เจ้ายินดีจะสละฐานันดรศักดิ์ เพื่อครองคู่กับวณิกคนนี้หรือไม่”  
ดวงเนตรของบุรุษข้างกายคล้ายมีรอยยิ้มเศร้า

‘...ตามใจเจ้า...’

จันทราวดีสบดวงเนตรนั้นด้วยพระเนตรที่พร่ามัว อัสสุชลเอ่อล้นในคลองจักษุ...

(...อ่านตอนต่อไปในฉบับหน้า)

สารบัญ ↩



## ร่วมส่งบทความ

นิตยสารเล่มนี้จะเป็นนิตยสารคุณภาพได้ ก็ด้วยเนื้อหาดี ๆ ภายในฉบับที่จัดสรรลงอย่างต่อเนื่องนะคะ

หากคุณผู้อ่านท่านใด มีความสามารถในการเขียน มีศรัทธา และความเข้าใจในคำสอนของพุทธศาสนา ไม่ว่าจะในระดับเบื้องต้น เบื้องกลาง หรือเบื้องปลาย และมีใจรักที่อยากจะสื่อสารถ่ายทอดสิ่งนั้นให้กับผู้อื่นได้ทราบ และได้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้น เช่นเดียวกับที่เราอาจเคยได้รับจากผู้อื่นมาแล้ว ก็ขอเชิญทุกท่านส่งบทความมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของ ธรรมะใกล้ตัว ด้วยกันนะคะ

คุณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นนักเขียนฝีมือเลิศ แต่หากมีใจที่คิดอยากจะถ่ายทอด มีสิ่งที่คิดว่าอยากแบ่งปันความรู้ความเข้าใจนั้นให้กับคนอื่น ๆ ก็ลองเขียนส่งเข้ามาได้เลยค่ะ

### ๑. คอลัมน์ที่เปิดรับบทความ

**คอลัมน์: ธรรมะจากคนสู้กิเลส**

**เนื้อหา:** เปิดโอกาสให้คุณ ๆ ได้เล่าประสบการณ์จริงของตนเอง ว่าผ่านอะไรมาบ้าง มีอะไรเป็นข้อคิดที่เป็นประโยชน์บ้าง อะไรทำให้คนธรรมดาคนหนึ่ง กลายเป็นคนดีขึ้นมา และทำให้คนมีกิเลสเยอะกลายเป็นคนกิเลสบางลงได้ มีแต่คนที่เปลี่ยนแปลงตัวเองแล้วเท่านั้น จึงจะเขียน ธรรมะใกล้ตัว ได้สำเร็จ

**คอลัมน์: นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ**

**เนื้อหา:** เปิดโอกาสกว้างสำหรับคนที่ชอบคิดชอบเขียน โดยเฉพาะอดีตนักฝัน ที่เพิ่งผันตัวมาอยู่ในโลกธรรมะ เพื่อสร้างสรรค์เรื่องราวให้คนได้ข้อคิดข้อธรรม ผ่านความสนุกของรูปแบบนิยายหรือเรื่องสั้นได้อย่างเพลิดเพลิน

**คอลัมน์: คำคมชวนคิด**

**เนื้อหา:** รวบรวมข้อคิด หรือคำคมของบุคคลต่าง ๆ ที่เคยได้ยินมาแล้วสะดุดใจ มาบอกต่อ ยิ่งถ้าใครสามารถสร้างสรรค์วรรคทองได้เองยิ่งดี เพราะจะ

ได้ฝึกริเริ่มวิเสสดูใจ ซึ่งเป็นแม่บทของกรรมที่ทำให้มีความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างสุดยอด เนื่องจากแง่คิดดี ๆ จะช่วยให้คนอ่านคิดดี หรือได้คิดเพื่อเปลี่ยนแปลงชีวิต วิชาที่ย้อนกลับมาสนองตอบแทนคุณ ก็คือการพูดโอเคเดียวเหมือนน้ำพุไม่รู้จักรู้สิ้น กับทั้งเป็นที่ยอมรับในวงกว้างด้วย

**กติกา:** หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น หรือแปลมาจากภาษาอังกฤษ กรุณาระบุแหล่งที่มา หรือชื่อของบุคคลผู้เป็นเจ้าของคำคมด้วยนะคะ

**คอลัมน์: สัพเพเหระธรรม**

**เนื้อหา:** เรื่องราว เรื่องเล่า อาจมาจากฉากหนึ่งในชีวิตของคุณ ที่มีเกร็ดข้อคิดทางธรรม หรือข้อคิดดี ๆ อันเป็นประโยชน์ อาจเป็นเรื่องเล่าสั้น ๆ ในรูปแบบที่เสมือนอ่านเล่น ๆ แต่อ่านจบแล้ว ผู้อ่านได้เกร็ดธรรมหรือข้อคิดดี ๆ ติดกลับไปด้วย

**คอลัมน์: กวีธรรมะ**

**เนื้อหา:** พื้นที่ที่เปิดกว้างสำหรับกวีธรรมะทั้งหลาย โดยไม่จำกัดรูปแบบและความยาวของบทกวี หรือหากจะคัดเอาบทกวีที่น่าประทับใจ ให้แง่คิดอะไรในเชิงบวก ก็สามารถนำมาลงได้เช่นกัน แต่ถ้าให้ติดกลั่นกรองออกมาด้วยตนเองได้ ก็ยิ่งดีค่ะ

**กติกา:** หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น ต้องระบุที่มาที่ไปอย่างชัดเจนด้วยนะคะ

**คอลัมน์: เทียววัด**

**เนื้อหา:** รับหมดไม่ว่าจะเป็นวัดสวยหรือสถานที่ปฏิบัติธรรม ข้อมูลข่าวสารจากทั่วประเทศนั้น ไม่มีวันที่ใครคนเดียวจะรู้ได้หมด ถ้าช่วยเป็นหูเป็นตาให้แก่กัน ก็คงจะมีประโยชน์อย่างมหาศาล

**กติกา:** นอกจากข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ บรรยายภาพ ปฏิปทา ฯลฯ ของวัดแล้ว ต้องขอรูปทิวทัศน์สวย ๆ มาประกอบบทความ อีกทั้งไม่พาดหมหรือแทรกธรรมะด้านการปฏิบัติที่ขัดแย้งกับแนวทางของนิตยสารนะคะ

**คอลัมน์: ธรรมะปฏิบัติ**

**เนื้อหา:** ร่วมบอกเล่าประสบการณ์จริง ประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นทั้งธรรมทาน และ

เป็นทั้งกำลังใจ สำหรับผู้ที่กำลังร่วมเดินทางอยู่บน  
เส้นอริยมรรคเส้นเดียวกันนี้

**คอลัมน์:** ของฝากจากหมอ

**เนื้อหา:** นำเสนอข่าวสารในวงการแพทย์ หรือ  
สารน่ารู้อันเป็นประโยชน์เกี่ยวกับสุขภาพ ที่คน  
ทั่วไปสนใจ หรือนำไปใช้ได้ เพื่อเป็นวิทยาทานให้กับ  
ผู้อ่าน จากมุมมองต่าง ๆ ที่แพทย์แต่ละแขนงมีความรู้  
ความเชี่ยวชาญต่าง ๆ กัน

**กติกา:**

- ▶ หากเป็นบทความที่แนะนำให้มีการทดลองกิน  
ยา หรือแนะนำให้ผู้อ่านปฏิบัติตามด้วย ขอ  
จำกัดเฉพาะผู้เขียน ที่เป็นผู้เรียนหรือทำงาน  
ในสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้องเท่านั้น เพื่อป้องกันการ  
นำเสนอข้อมูลที่คลาดเคลื่อน และอาจส่งผล  
ต่อผู้อ่านได้ค่ะ
- ▶ หากนำเสนอประเด็นที่ยังเป็นที่ถกเถียงอยู่ใน  
วงการแพทย์ ขอให้มีการอ้างอิงด้วย เช่น มา  
จากงานวิจัยชิ้นไหน หรือหากเป็นเพียงความเห็น  
ส่วนตัวของหมอ ก็กรุณาระบุให้ชัดเจนด้วยค่ะ



## ๒. อ่านสัณนิษฐาน ก่อนคิดเขียน

เนื่องจากในแต่ละสัปดาห์ มีงานเขียนส่งเข้ามาเป็น  
จำนวนมากชิ้นขึ้นเรื่อย ๆ ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยลด  
เวลา และลดภาระให้กับอาสาสมัคร ในการเข้ามา  
ช่วยกันคัดเลือก และพิสูจน์อักษรของบทความ  
ต้องขอรบกวนผู้ส่งบทความ เรียบเรียงงานเขียนตาม  
แนวทางดังนี้ด้วยนะคะ

### ๒.๑ ตรวจทานก่อนถูกผิดให้เรียบร้อย

ก่อนส่งบทความ รบกวนผู้เขียนทุกท่านช่วยตรวจทาน  
ให้แน่ใจก่อนนะคะว่า ไม่มีจุดไหนพิมพ์ตกหล่น พิมพ์  
เกิน พิมพ์ผิดพลาด หรือเขียนตัวสะกดไม่ถูกต้อง ผ่าน  
สายตาของผู้เขียนแล้ว

หากไม่แน่ใจตัวสะกดของคำไหน สามารถตรวจสอบ  
ได้จากที่นี่เลยคะ

เว็บเครือข่ายพจนานุกรม ราชบัณฑิตยสถาน

<http://rirs3.royin.go.th/ridictionary/lookup.html>

**๒.๒ จัดรูปแบบตามหลักงานเขียนภาษาไทย**  
เพื่อให้ทุกบทความมีลักษณะของการจัดพิมพ์ที่  
สอดคล้องกัน ขอให้การจัดรูปแบบในลักษณะดังนี้  
นะคะ

- ▶ **เครื่องหมายคำถาม (?) และเครื่องหมาย  
ตกใจ (!)**  
เขียนติดตัวหนังสือด้านหน้า และวรรคด้านหลัง  
เช่น “อ้าว! เธอไม่ได้ไปกับเขาหรือหือ? ฉันท  
นึกว่าเธอไปด้วยเสียอีก”
- ▶ **การตัดคำเมื่อขึ้นบรรทัดใหม่**  
สำหรับคนที่นิยมเขียนแบบเคาะ [Enter] เพื่อ  
ตัดขึ้นบรรทัดใหม่ แทนการรบกวนคำอัตโนมัติของ  
โปรแกรมคอมพิวเตอร์ อยากให้ช่วยดูการตัด  
คำด้วยนะค่ะว่าตัดได้อย่างเหมาะสม คืออ่าน  
ได้สโลน ไม่สะดุด ไม่แยกคำ หรือไม่ขึ้นบรรทัด  
ใหม่ผ่ากลางวลีที่ควรอ่านต่อเนื่องกัน โดยไม่  
จำเป็น เช่น

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น” ก็เลยบอกเธอไปว่าลกรรม  
ข้อถามนั้นหนักไม่ใช่เล่น”

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น” ก็เลยบอกเธอไปว่า  
ลกรรมข้อถามนั้นหนักไม่ใช่เล่น” (อ่านง่ายกว่าค่ะ)  
หรือดูหลักเกณฑ์อื่น ๆ ได้จากที่นี่เพิ่มเติมด้วยก็ได้ค่ะ

ราชบัณฑิตยสถาน > หลักเกณฑ์ต่าง ๆ

<http://www.royin.go.th/th/profile/index.php>

### ๒.๓ ความถูกต้องของฉันทลักษณ์สำหรับชิ้น งานร้อยกรอง

สำหรับท่านที่แต่งร้อยกรองเข้ามาร่วมในคอลัมน์  
กวีกรรม ขอให้ตรวจทานให้แน่ใจสัณนิษฐานนะค่ะว่า  
บทกลอนนั้น ถูกต้องตามฉันทลักษณ์แล้วหรือยัง จะ  
ได้ช่วยกันใส่ใจและเผยแพร่แต่ในสิ่งที่ถูกต้องให้ผู้อื่น  
กันค่ะ

คุณผู้อ่านสามารถตรวจสอบ หรือหาความรู้เพิ่มเติม  
เกี่ยวกับฉันทลักษณ์ของกวีไทยได้จากที่นี่ด้วยนะคะ

ร้อยกรองของไทย

(โคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน ร่าย)

<http://thaiarc.tu.ac.th/poetry/index.html>

**๒.๔ ความยาวของบทความ และการจัดย่อหน้า**  
ปกติแล้วเราไม่จำกัดความยาวของชิ้นงานในทุกคอลัมน์ค่ะ แต่ก็อยากให้ผู้เขียนใช้ดุลยพินิจดูด้วยค่ะว่าความยาวประมาณใดน่าจะเหมาะสม โดยลองดูจากบทความที่ลงในเล่ม และลองเทียบเคียงความรู้สึกในฐานะผู้อ่านดูนะคะ

สำหรับเรื่องสั้น หรือนวนิยาย ที่อาจมีความยาวมากกว่าบทความอื่น ๆ และมีการเปลี่ยนฉากอยู่บ้าง อย่าลืมเบรกสายตาผู้อ่าน โดยการขึ้นย่อหน้าใหม่เมื่อถึงจุดหนึ่ง ๆ ของเรื่องที่เหมาะสมด้วยนะคะ เพราะการเขียนเป็นพริด เห็นแต่ตัวหนังสือติด ๆ กันลงมายาว ๆ จะลดทอนความน่าอ่านของบทความไปอย่างน่าเสียดายค่ะ

หากบทความใด อ่านยาก ๆ หรือมีจุดบกพร่องที่ต้องแก้ไขเยอะมาก ๆ ทางทีมงานอาจจะต้องขออนุญาตเก็บไว้เป็นอันดับหลัง ๆ ก่อนนะคะ

## ๓. ส่งบทความได้ที่ไหน อย่างไร

### ๓.๑ กระดานส่งบทความ

เมื่อเขียน อ่านทาน และตรวจทาน บทความพร้อมส่งเรียบร้อยแล้ว งานเขียนทุกชิ้น สามารถโพสต์ส่งได้ที่กระดาน “ส่งบทความ” ได้เลยนะคะ ที่:

<http://dungtrin.com/forum/viewforum.php?f=2>

โดยหัวข้อกระทู้ ขอให้ใช้ฟอร์แมตลักษณะนี้นะคะ

(ชื่อคอลัมน์) ชื่อเรื่อง โดย ชื่อผู้แต่ง

เช่น

(สัพเพหระธรรม) เทพธิดาโรงงาน โดย คนไกลวัด

(ธรรมะปฏิบัติ) เส้นทางปฏิบัติ 1 โดย sotima

(ของฝากจากหมอ) เครียดได้...แต่อย่านาน โดย หมออดิ

เพื่อช่วยให้ทีมงานสามารถจัดหมวดหมู่ของชิ้นงาน

ได้เร็วขึ้นค่ะ

## ๓.๒ แนบไฟล์ Word มาด้วยทุกครั้ง

หากแปะเนื้อความลงในกระทู้เลย ฟอร์แมตต่าง ๆ เช่น ตัวหนา ตัวบาง ตัวเอียง จะหายไปค่ะ เพื่อความสะดวก รบกวนทุกท่านแนบไฟล์ Word ที่พิมพ์ไว้มาด้วยนะคะ (ในหน้าโพสต์ จะมีปุ่ม Browse ให้เลือก Attach File ได้เลยนะคะ)

ใครมีรูปประกอบ ก็ Attach มาด้วยวิธีเดียวกันนี้เลยนะคะ

และหากไฟล์มีขนาดใหญ่ ทำเป็น zip เสียก่อน ก็จะช่วยประหยัดพื้นที่ได้ไม่น้อยค่ะ

## ๔. ส่งแล้วจะได้อะไรหรือไม่

ปกติแล้ว เวทีแห่งนี้เป็นเวทีที่เปิดกว้าง หากบทความนั้น ให้เนื้อหาสาระที่เป็นไปเพื่อเกื้อกูลกันในทางสว่าง และเป็นแนวทางที่ตรงตามแนวทางคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านจากผู้จริงในด้านที่เชี่ยวชาญ ก็จะได้รับรางวัลแน่นอนค่ะ

ทั้งนี้ รวมถึงความยากง่ายในการอ่านพิจารณาบทความ การแก้ไขจุดบกพร่องต่าง ๆ ในงานพิสูจน์อักษร หากเป็นไปอย่างคล่องตัว ก็จะช่วยให้พิจารณาชิ้นงานได้ง่ายขึ้นด้วยค่ะ

แต่หากบทความใด ยังไม่ได้รับคัดเลือกให้ลง ก็อย่าเพิ่งหมดกำลังใจนะคะ วันหนึ่ง คุณอาจรู้อะไรดี ๆ และเขียนอะไรดี ๆ ในมุมที่ใครยังไม่เห็นเหมือนคุณอีกก็ได้ค่ะ : )

และถ้าอยากเริ่มต้นการเป็นนักเขียนธรรมะที่ดี ก็ลองติดตามอ่านคอลัมน์ เขียนให้คนเป็นเทวดา ที่คุณ ‘ดังตฤณ’ มาช่วยเขียนเป็นนักเขียนประจำให้ทุกสัปดาห์ดูนะคะ

ขออนุโมทนาในจิตอันมีธรรมเป็นทานของท่านนะคะ

ธรรมะใกล้ตัว  
dharma at hand

มาร่วมเป็นอีกหนึ่งกำลัง ที่ช่วยสร้างภาพใหม่ให้กับพระพุทธศาสนา  
ด้วยการร่วมส่งบทความ ข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ท้ายเล่ม หรือที่  
<http://dungtrin.com/dharmaathand/>